¡ESTO tiene que CAMBIAR!

Cómo liberarte de la esclavitud que te has infligido en tu empleo, tu empresa, tu casa y tus relaciones en general

Alfredo Culebro

DIANA

Dedicatoria

Este libro se lo dedico a mi hijo, Juan Pablo †,
por ser el artífice de los cambios
coyunturales de mi vida,
por inspirarme a seguir adelante, aun ante
lo que los ojos no pueden ver o las manos tocar,
y que solo el alma y el espíritu pueden disfrutar.
Gracias, Campeón, por inyectarme FE.

INTRODUCCIÓN

Estamos en el Antiguo Egipto, donde la esclavitud es una forma de vida. Abir,[1] nuestro personaje, se encuentra entre un grupo sujeto con cadenas que lo unen a una fila interminable de compañeros; todos sufren y van cabizbajos, son esclavos que trabajan sin descanso. Abir sabe que no es lo mismo el dolor de sus heridas, que los incesantes gritos de sufrimiento de sus compañeros. Él sabe que el dolor es infligido por otros, pero el sufrimiento surge de adentro; aunque sí se podría cambiar…

El calor es insoportable y las condiciones de vida inhumanas. Abir mira a un lado y a otro; no es lo que soñaba cuando era niño. ¿Cómo llegó aquí? ¿En qué punto de su vida cambió el rumbo? Su familia hebrea ahora ya no existe, es el último de su estirpe, y el futuro no se ve prometedor. Lleva meses trabajando como esclavo porque sus necesidades primarias le piden que lo haga, pues solo así obtiene comida y techo, pero su espíritu le suplica un cambio. Abir está en conflicto.

Por la noche, mientras sus compañeros duermen, Abir medita y sueña; desde su encierro, a través de un hueco en el techo observa el cielo y las estrellas. Se sabe tan pequeño como sus agresores y tan grande como el infinito. Una sonrisa ilumina su rostro. La vida que lleva tiene que cambiar y también la de sus compañeros. Abir posee un fuerte y gran corazón, es un líder y lo sabe; sonríe al recordar que tiene la ***Misión*** de hacer cambiar a los demás para llevarlos a una vida plena. Su entusiasmo lo hace mantener siempre una gran energía, y posee un tesoro enorme: su risa. En los momentos más aciagos, Abir ríe, con lo cual impide que el sufrimiento inunde su ser.

Es otro día, vuelve a sentir los latigazos en su callosa espalda, las cadenas en sus pies, manos y cuello laceran de nuevo su piel. No puede más. Mira a los suyos, los increpa, los exhorta a la lucha:

—¡Somos más que ellos, ¿no lo pueden ver?! Si todos empujamos al mismo tiempo, podremos emanciparnos, seremos autónomos para siempre, volveremos a nuestras tierras… ¡conquistaremos nuestra libertad!

Sus compañeros lo miran con recelo, no tienen las agallas de Abir ni tampoco su rebeldía, no comprenden su ***Contexto***. Algunos creen en él, pero no se atreven a rebelarse, prefieren seguir sufriendo y lamentarse. Abir corre hacia delante jalando las cadenas de los demás. Siente escurrir por su piel la sangre que brota de sus añejas heridas. Los capataces descubren al insubordinado, y los demás esclavos se aterran. Abir les grita: *¡Corran, corran, la libertad está en nuestras manos!* Pero nadie se mueve, los encargados de mantener el orden se apresuran a detener al insurrecto. Abir no puede tolerar tal apatía, y cae al suelo; los sumisos toman sus instrumentos y, sin chistar, se

disponen a seguir su jornada. Un eslabón de esa cadena se ha roto.

Esta historia es triste, pero su enseñanza es suprema. Todos llevamos un Abir dentro de nosotros, aunque por desgracia también un batallón de esclavos. ¿Cómo hacer para romper nuestras cadenas y reivindicar las palabras de Abir? Este libro tiene la intención de darte algunas pistas y ejercicios para lograr liberarte de la autoesclavitud en que vives inmerso, y descubras tu ***Misión*** en la vida; cómo conseguir tu ***Felicidad*** a través de la magia del ***Intercambio***, el poder de la ***Pasión,*** y la dulzura de no juzgar tanto en tu vida cotidiana, seas un vagabundo, ama de casa, estudiante, profesionista, obrero, emprendedor, hombre de empresa, etcétera.

Muchas veces me sentí igual, atrapado por cadenas que, según yo, jamás lograría deshacer; y también, como Abir, noté que el problema no sería tan grande si todos uniéramos nuestras fuerzas contra las adversidades, contra uno mismo. Los abuelos siempre repiten que *la unión hace la fuerza*, ¿entonces por qué vivimos tan alejados y con tantos problemas financieros y espirituales? La enseñanza de Abir está en pensar que los cambios comienzan por lo que cada quien hace cada día. Lo importante es saber cómo ser lo que realmente quiero ser, para *hacer* lo que debo hacer, y como consecuencia *tener* lo que quiero tener.

Esta narración es un recuento de mis propias experiencias, de mis descubrimientos, pero, sobre todo, de mis derrotas y errores que fueron la punta de lanza para entender mi camino. Nada fuera de lo común que a ti o a cualquiera pueda pasarle, lo constatan los miles de testimonios, así como los ***Resultados*** favorables obtenidos en mis talleres, conferencias y consultorías, tanto personales como con empresas. Por supuesto, mi sistema se sustenta en los conocimientos que recibí a través de mis grandes maestros: mi padre y mi madre, primeramente; mi amada esposa, Anthony Robbins, Robert Kiyosaki y su esposa Kim; Buckminster Fuller, Wayne D. Dyer, Eckhart Tolle, Francisco Cáceres, Ana Ritchie, Mack Newton, Wayne Palmer, Jesús, Jayne Johnson, Ghrina Precop, Napoleon Hill, Richard y Verónica Tang, Mack Newton, Marco Antonio Regil, David Steingberg y Rosa Helena Ríos.

Menciono con especial aprecio a mis más cercanos maestros, socios y amigos: Blair Singer y Kelly Ritchie. Y en un apartado muy exclusivo, a dos hombres que hicieron darme cuenta de la ***Maestría*** que hay dentro de mí para sanar y curar a las personas y empresas de manera física y emocional, mis queridos gurús Alan y René. Y con especial reconocimiento y cariño a todo mi equipo Sales Partners en todo el mundo, un gran Equipo de Campeonato.

Aquí vas a transitar de principios Espirituales a Empresariales, del Corazón a la Razón, del Hemisferio Cerebral Izquierdo al Derecho, porque aunque pareciera que dichos principios son insolubles, no es así; por eso voy a hacer mi mejor esfuerzo para darte las herramientas que yo he aprendido y desarrollado, y así descubras los recursos y las habilidades que están en ti, de modo que los apliques tanto en tu persona como en quienes te rodean: tu familia, tu entorno laboral, tus clientes, tus empleados o tus jefes, y

lo heredes a tus hijos como algo tuyo. Este libro te ayudará a encontrar el potencial que vive dentro de ti, y el hecho de que te sirva, a mí me ayudará a levantarme cuando tropiece, porque soy un ser humano como tú, que tropieza y cae, con defectos y virtudes, pero siempre listo a ponerme en pie nuevamente y aprender la lección para seguir creciendo…

Cada capítulo consta de cuatro partes: primero, la historia que me llevó a entender todos los principios que han cambiado mi vida, pero que me faltaba poner en práctica (este relato lo irás conociendo por segmentos)[2]; luego desarrollo el tema central del capítulo, y después hago una síntesis del mismo, que te ayudará a llevar a cabo las enseñanzas por medio de ejercicios prácticos ubicados al final de cada capítulo. Tocaremos de la manera más práctica posible las cuatro áreas de nuestro yo: la Espiritual, la Mental, la Emocional, y la Física, todas con gran valor, y que en ocasiones no sabemos equilibrar. Este método es para practicarse y aplicarse varias veces; te recomiendo hacer los ejercicios en calma, y poco a poco descubrirás la conveniencia de repetirlos en momentos complejos y de poca claridad en tu vida.

Lo único que hago en esta obra es resumir parte del conocimiento de la humanidad que a mí me ha servido, y que espero a ti también te sirva, así como honrar la sabiduría y las herramientas de inumerables maestros y gurús fantásticos. Por ello, si este libro no cumple con tus expectativas o no te hace cambiar algo en tu vida, te pido me lo devuelvas, a mí, el autor, y recibirás tu dinero de regreso con mis disculpas por haberte hecho invertir tu valioso tiempo en algo que no era para ti. Te garantizo al cien por ciento la certeza y claridad de este texto, pues he visto su efectividad en cientos de seres humanos iguales a ti y a mí.

Este libro es para reírte un rato y no tomarte la vida tan enserio, porque para mí, la vida es un juego,
y simplemente hay que jugarlo entendiendo sus reglas,
y siempre ganarlo, aunque solo sea por un punto a
nuestro favor.

Correo electrónico: act@niveldeconsciencia.com

NOTAS:

1 Este nombre deriva de dos fuentes: *Abir* es un arte marcial hebreo que durante milenios permaneció

oculto por los propios guerreros; es un arte de la guerra vinculado al estudio exhaustivo de La Torá. En segundo término, significa *El Intrépido,* de ahí su importancia para nuestra historia.

2 La historia completa viene al final del libro, por si quieres volver a leerla al término de tu proceso.

LA AVENTURA

Tú tienes toda la experiencia
que necesitas, solo descúbrela,
y la magia aparecerá.

EL INICIO

Estoy convencido de que la vida nos pone en situaciones límite para que tengamos la oportunidad de aprender, al igual que Abir. A mí me sucedió. Después de que murió mi hijo, mi vida quedó suspendida, no atinaba qué hacer con ella. Precisaba un cambio, sabía que yo era un emprendedor, pero estaba muy confundido; necesitaba una transformación, algo que aclarara mi horizonte; buscaba un nuevo reto para Ser realmente YO, y estar ***Aquí y Ahora***.

LA MISIÓN

La idea era encontrar un nuevo desafío; sí, alejarme de mi vida normal (zona de confort) era necesario en ese momento. Antes que nada había que fijar una meta, entonces tracé un viaje muy singular: Puebla-Cancún (1 219 kilómetros), sin dinero, únicamente yo y mi ropa, nada más. Ahora que el objetivo estaba listo, debía decidir si irme solo o incluir a alguien en esta empresa. Siempre he creído en el trabajo en equipo, y me puse a pensar quién creería en mí y se aventuraría a acompañarme. No lo dudé mucho, mi hermano era el candidato perfecto. Tan fue así, que en el momento en que se lo planteé, sin dudarlo chocamos las manos, y me dijo: *¡Va, no tengo ni idea de por qué lo hago, pero debo hacerlo!* Así pues, me senté a definir bien nuestra *Misión*. Al cabo de un tiempo pude ponerla por escrito: *Llegar a Cancún en cinco días, sin dinero ni recursos materiales, empezando el viaje con una mano adelante y otra atrás.*

Para muchas personas y empresas lograr entender a dónde van y de dónde vienen es una

encrucijada que, en la mayoría de los casos, simplemente no alcanzan a descifrar con claridad, y les produce altos niveles de frustración. La mayor parte de nuestros negocios y objetivos en la vida proviene de un sueño o aspiración que tenemos, de algo que marca nuestra ***Misión***.

¿Por qué sucede esto?

Existen muchas acepciones de la palabra ***Misión,*** pero para fines prácticos trataré de definirla en términos comunes y con ejemplos sencillos, similares a los que la mayoría de nosotros hemos vivido, de modo que más que obtener una definición técnica, logremos una práctica.

La ***Misión*** es el elemento fundamental por medio del cual conformas y creas tu fortaleza personal o la de tu empresa; es el elemento que, junto con un buen Código de Honor,[3] sirve para lograr guiarte a ti mismo y a tu equipo a través del camino, y conseguir éxitos constantes que mantienen el ritmo del viaje, y no ceder ante los inconvenientes propios de cualquier vida personal o empresarial.

Cuando quieres crear una ***Misión***, lo primero que debes hacer es darte cuenta de los elementos que te rodean. Por ejemplo, en la milicia, te entrenan para detectar dónde está el enemigo; de ahí se origina el movimiento de *hacia dónde vamos*, y surgen las siguientes preguntas:

¿Hacia dónde vas?
¿Qué es lo que quieres?
¿Cuáles son tus habilidades o dones?
¿Qué necesitas?
¿Para qué eres bueno?
¿Qué te gusta hacer?

Considerando estas cuestiones, me puse a reflexionar sobre la ***Misión*** para alcanzar nuestra meta. Por supuesto, la primera pregunta estaba totalmente definida, nuestra meta era Cancún; entonces, ¿qué quería? Pues llegar en menos de cinco días. *¿Cuáles eran mis habilidades*? Esta era una parte muy importante para mí, pues sabía de corazón que podía crear cosas de la nada, pero mi razón me decía que eso no era posible, así que mi ***Misión*** era demostrarme que era capaz de hacerlo utilizando mis conocimientos y capacidades creativas, y en el camino descubrir mis dones. *¿Qué necesitaba?* Dar un brinco del mundo Espiritual y de las ideas —de lo que otros me decían— a la experimentación en la vida real para crear mi propia realidad, y consolidar hechos en los que viera plasmado el esfuerzo. *¿Para qué era bueno?* Una de mis aptitudes es la de saber llegarle a la gente a través de mi discurso, venderme a mí mismo, convencer y vender mis ideas, así que utilizaría ese don para crecer y ayudar a mis semejantes como modo de lograr mis objetivos. Y, ¡claro!, eso era lo que más me gustaba hacer, y además

me serviría para descubrir que todos podemos desarrollarlo.

Es importante ser conciente de que cuando más confundido estás en la vida, en un proyecto personal o empresarial, la ***Misión*** te orienta, te lleva de nuevo al camino. Cuando alguien no sabe a dónde va, es porque no tienen claro su objetivo, o lo que es lo mismo, no define su ***Misión***. El reto al crear una ***Misión*** es, sobre todo, entender para qué quiero las cosas, y Vivir; después, a las personas que piensan igual, encaminarlas hacia un mismo fin. Así pasó con mi hermano y conmigo. A pesar de que nuestro humor y estado emocional se alteraran, y pudiesen salirse de control, nuestra ***Misión*** nos devolvía al camino y nos dirigía como un faro.

La *Misión* es el escudo que te protege
y te ayuda a no perderte en tu vida
o en tu empresa, aun en lo más oscuro
de la adversidad.

En una empresa, el propietario decide hacia dónde va y tiene una Visión clara de lo que quiere, pero para lograrlo necesita un Equipo, y ese Equipo necesita una ***Misión***. Esta se adquiere cuando el dueño escucha a los demás, al equipo. Una ***Misión*** es algo que pones en un papel, y debes estar viendo y repitiéndotelo constantemente, a diario. Una ***Misión*** se crea para eso. Si hacemos un símil con el viajero, en un mapa la ***Misión*** es el punto de llegada.

Establecer una ***Misión*** en tu vida personal, en un proyecto empresarial o laboral, debe ser algo grande que no te limite; si alguien no tiene ***Misión***, se enfrenta a uno de los principales elementos que frenan su crecimiento y creatividad. Con la ***Misión*** te haces cargo de ti mismo, y empiezas a tomar la responsabilidad de tu vida en tus manos; dejas de pensar que todo lo que te rodea es la causa de lo que eres, y descubres que Tú, y solamente tú, eres la Causa de esto. Tener una ***Misión*** es una facultad que ayuda a que todos puedan llegar a un lugar previamente definido. Así que para crearla, lo primero que tienes que saber es: *¿qué quiero?, ¿para qué lo quiero?, ¿cuál es mi porqué, o para qué?* Al responder estas preguntas, contestas para qué es la ***Misión*** que vas a emprender. Para enfatizar nuestro concepto: la ***Misión*** de este libro es rescatar al ser humano de la esclavitud, como Abir; salvarlo de la autolimitación en que muchos están atrapados, e incrementar su autoestima a lugares inimaginables. Esa es la ***Misión*** que me he propuesto con este libro.

Muchas veces creemos que nuestra ***Misión*** únicamente es personal, pero resulta que no vivimos solos en una isla perdida a mitad del océano, de modo que debemos considerar nuestra condición de seres sociales. Así, cuando compartes tu ***Misión*** con otros, y ellos están de acuerdo en sumar la suya a la tuya, lo más probable es que llegues

más rápido y satisfecho, porque mientras ayudes a más gente a ser feliz a tu alrededor, más feliz serás tú. La idea de Abir, el esclavo hebreo, era recobrarse mediante la liberación de sus demás compañeros esclavos. Su ***Misión*** era grande, pero sus compañeros no la compartían.

De igual manera, en la vida hacemos cosas que nos alejan de las ***Misiones*** en conjunto. Pongamos el caso de Ricardo y Ana que decidieron casarse. La ***Misión*** de ambos es compartir sus existencias para crecer juntos y lograr una vida plena. Sin embargo, Ricardo tiene su propia ***Misión***, divertirse y gozar al máximo con sus amigos… Mmm, ya empezamos mal, ¿verdad? Así que Ricardo decide que cada fin de semana irá a bares, fiestas y, ¿por qué no?, de pronto tendrá una que otra aventura con chicas. Él está llevando a cabo su ***Misión,*** pero no así la de su matrimonio, porque Ana tiene otro concepto diferente de ***Misión***, de su vida en pareja. ¿Cuánto tiempo les daremos para la firma del divorcio? Si Ana es sensata, unos cuantos meses.

Esa es la mejor manera de echar a perder lo que pudo haber sido una hermosa ***Misión,*** que nunca se definió en conjunto. En todo caso, desde el principio debieron sentarse a platicar sus metas, y ver qué tanta similitud había entre una y otra, y qué tan compatibles podrían ser sus vidas juntos. Eso es algo que cualquier pareja debe hacer antes de emprender el importante viaje del matrimonio o de la vida en pareja. Quiero decirte que cuando he llegado a grupos empresariales exitosos, descubro que los fundadores han tenido clara la ***Misión*** de su —ahora— imperio, y la integraron a sus aspiraciones personales pero compartiendo los *principios*. Por otro lado, cuando vemos que *familias* o *empresas* se destruyen, es porque lamentablemente no compartían la misma ***Misión***. A mí me ha pasado esto, es muy doloroso, pero debes transitar rápido por ahí para crecer y aprender.

Entonces, para que una ***Misión*** tenga éxito, lo primero que debemos pensar es en la Misión de cada quien, y sumarnos a la del equipo que deseamos formar, para después entender que cuando te comprometes con la ***Misión*** de un equipo, muchas veces esta va antes que la del individuo, y así al final todos ganan.

SUMARIO

La ***Misión*** debe responder a las preguntas:

¿Hacia dónde vas?
¿Qué es lo que quieres?
¿Cuáles son tus habilidades o dones?
¿Qué necesitas?
¿Para qué eres bueno?
¿Qué te gusta hacer?

La ***Misión*** define cuál es tu porqué en la vida, es la guía que debes tener frente a ti todos los días de tu existencia. Es el punto de llegada de este maravilloso viaje que es tu vida.

La ***Misión*** se aplica a la vida personal, de familia o empresarial. En todos los aspectos, la ***Misión*** debe ser compartida con tus semejantes.

Ejercicios de cambio de vida

1. Piensa en un proyecto de vida, empresarial o de equipo, y escríbelo:

2. Ahora piensa y escribe hacia dónde quieres llegar con ese proyecto:

3. Escribe qué es lo que quieres hacer:

4. Define y escribe cuáles son tus habilidades, con respecto al proyecto que deseas realizar:

5. Reflexiona y pon por escrito para qué eres bueno, considerando este proyecto:

6. Y ahora, dentro del mismo, ¿qué te gustaría ser?

7. Con todos esos elementos, puedes ahora definir tu ***Misión***. Escríbela en un párrafo de manera sintética. Una ***Misión*** de seis renglones de extensión sería adecuado:

8. Al llevar a cabo tu ***Misión***, no dejes que la razón limite tu corazón con frases como ***Eso es imposible para mí,*** porque al hacerlo estás aceptando que no eres capaz de reconocer algo mejor en tu mundo. Así que vuelve a revisar tu ***Misión***, y hazla tan grande como tus sueños te indiquen.

Te comparto mi ***Misión*** personal:

Durante mi existencia, mejorar la Calidad de Vida del mayor número de personas posible, sin dañar a nadie.

NOTAS:

3 Más tarde explicaré con detalle el Código de Honor; por lo pronto, considéralo como las reglas y valores morales que se espera que cualquier ser humano lleve a cabo en todas las facetas de su vida o dentro de su empresa. Este concepto lo aprendí de Blair Singer.

LOS OBSTÁCULOS

Y la historia continúa…
Comenzaron entonces los preparativos del viaje. Ambos teníamos familia (mi hermano y yo), cada quien con un primer hijo, así que nos dimos a la tarea de comentarlo con nuestras parejas; y claro, iniciaron los cuestionamientos. De entrada, Liz, mi esposa, me dijo: *Para qué haces eso, no entiendo cuál es tu idea,* pero confiaba en mí. También estaban nuestros padres. Mi papá, un hombre inteligente, comprensivo, el hombre que siempre he admirado y ha sido mi guía, abordó una serie de comentarios absolutamente "racionales": *Eres un imprudente. ¿Qué va a pasar con los niños? Para ti es muy fácil, si se van y algo pasa, yo perderé dos hijos...* Mamá avalaba todo lo que él decía por fuera, pero por dentro siempre me apoyaba con esa mirada en la que sabes que todo saldrá

perfecto.

Los ***Obstáculos*** son barreras que te sirven para crecer, pero antes que nada, debemos saber diferenciar entre lo que es un ***Obstáculo*** y un problema.

Según el diccionario, ***Obstáculos*** son impedimentos. Si hablamos de deportes, son las dificultades que se presentan físicamente en una pista o en la cancha. Por otro lado, los problemas son una cuestión que debe aclararse, una dificultad de solución dudosa, o un conjunto de circunstancias que complican la consecución de algún fin. ¿Notas la diferencia?

Mientras el ***Obstáculo*** es un impedimento, el problema es una circunstancia que tiene solución. Cuando frente a ti se presenta un ***Obstáculo***, lo que tienes que hacer no es enfrentarlo, porque te darás contra él; lo que debes hacer es quitarlo de tu camino, o analizar los distintos ángulos que este tiene. En lugar de luchar contra él, uno debe buscar un apalancamiento para con ello encontrar un ángulo de inclinación y quitarlo o moverlo. Seguramente, con el mismo peso del propio ***Obstáculo***, la palanca adecuada, más la inclinación, lo verás caer frente a tus ojos.

La función primordial de los seres humanos es resolver problemas
—Buckminster *Bucky* Fuller

Sin embargo, al mover un ***Obstáculo,*** encontrarás un conjunto de problemas a resolver. Si tienes un conjunto de ***Obstáculos*** se convierte en algo muy complejo, pero si tienes un conjunto de problemas, se convierte en algo muy divertido. La verdadera esencia del ***Obstáculo*** es que no tiene solución aparentemente, no es razonable, casi es algo físico, por eso debes quitarlo del camino. Son esas frases que te dicen los demás, y te las has creído, acerca de no poder alcanzar algún sueño que tienes, y tú simplemente crees que puede ser un éxito. Ese ***Obstáculo*** de las personas que te rodean (o incluso te aman), y te dicen: *Estás loco, eso no es posible,* son tus propias ideas y prejuicios que te impiden ver las cosas, es tu propio ***Obstáculo*** con el cual te enfrentas.

Para lograr mi ***Misión***, yo tenía al frente una serie de ***Obstáculos***; todo lo que mis familiares me decían, más los que yo mismo aportaba: *Tú no puedes, eres un imprudente, qué va a pasar con los niños, para ti es muy fácil*. Debía entonces quitarlos de mi camino, para que mis ***Obstáculos*** se convirtieran en verdaderos problemas a solucionar. La idea era pasar rápidamente por los ***Obstáculos***, y comenzar a trabajar en los problemas. Y la verdad no fue fácil. Teniendo delante de mí a la figura de mi padre, a quien admiro profundamente, las cosas se me dificultaban aún más. Primero debía combatir el ***Obstáculo*** de hacer algo que a él (mi papá) le parecía una locura. Sin

embargo, la ***Pasión*** que yo inyectaba a mi ***Misión*** finalmente ganó, y brinqué todos los ***Obstáculos,*** lo cual me hizo empezar a ver los problemas. En este punto también debía considerar los ***Obstáculos*** de mi hermano: su esposa, su hija y sus compromisos laborales. Te voy a ser sincero, ahora cuando veo un ***Obstáculo*** en mí o en otros, hay algo dentro de mí que empieza a agitarse porque quiere empezar con los problemas, los quiero ver llegar ¡*ya!* Es ahí donde se encuentra el conocimiento más grande de la humanidad; es ahí donde grito: ¡***Esto tiene que cambiar***!

Como seguramente te habrás dado cuenta, los ***Obstáculos*** siempre están antes que los problemas, por eso es tan difícil vencerlos. Se convierten en murallas que te bloquean el camino, no te dejan ver que atrás de ellas está el verdadero reto para ti, aquello que te hará crecer, ser más fuerte y vencer los problemas que te llevarán a tu meta. Pero primero quita los propios ***Obstáculos*** que has puesto en tu mente, y que ni siquiera te permiten ver los problemas; porque los problemas siempre tienen solución práctica.

Un secreto para llevarte a ser cada vez más fuerte y mucho más hábil, es que si quieres resolver tú solo tus problemas, el resultado siempre será pequeño, pero si te decides por solucionar los de los demás, y de paso los tuyos, con generosidad y humildad, tu visión crecerá a esferas insospechadas.

Por ejemplo, alguien quiere escribir un libro pero solo cuenta con una rudimentaria máquina de escribir. Ahí tiene un ***Obstáculo*** que no le permite flexibilidad y velocidad a su ***Misión***, porque con la tecnología actual, una computadora sería lo más adecuado. Y como esta persona, seguramente también Bill Gates se encontró con esa dificultad, aunque decidió aprovechar la tecnología cibernética y creó un método mucho más accesible y cómodo para hacer lo mismo que la máquina de escribir, a través de un programa como Word. Al implementarlo, resolvió su problema y el de millones de personas más, a lo ancho y largo del mundo, y con esto una gran abundancia llegó a él. Interesante, ¿no?

El *Obstáculo* que deberás vencer es contigo mismo. Anda, toma tu lápiz y escribe: ¡Véncelo y hazlo!

Con este ejemplo debes darte cuenta de cómo operar ante los ***Obstáculos***. Recuerda que son oportunidades para crecer. Los ***Obstáculos*** casi siempre son mentales, por lo tanto tienen enorme posibilidad de error, y por lo mismo te darán oportunidad de aprender; cuando los tienes plenamente identificados, podrás sortearlos sin dificultad.

Y eso hice. Ahora, al eliminar mis propios ***Obstáculos*** comenzó verdaderamente el viaje, y con este, todos los problemas que vivimos; fueron cosas que disparaban nuestras emociones, pero tenían soluciones accesibles, de gran rapidez y efectividad… todo era solucionable.

SUMARIO

Los ***Obstáculos*** son impedimentos que bloquean tu camino. No debes enfrentarlos, sino quitarlos de en medio para poder continuar tu ***Misión***. Los problemas sí son solucionables y están atrás de los ***Obstáculos***, por eso es más difícil verlos y disiparlos.

Debes, por lo tanto, identificar los ***Obstáculos***, eliminarlos del camino y enfrentar tus problemas para ir allanando tu sendero hasta lograr tu meta.

Ejercicios de cambio de vida

Ejercicio A. Puede usarse en tus relaciones personales, de familia o trabajo.

1. Siguiendo con el proyecto que planteaste en el capítulo de la ***Misión***, o en otro si así lo decides, identifica qué ***Obstáculos*** tienes frente a ti que no te han permitido llevar a cabo tu meta. ¿Cuáles existen únicamente en tu cabeza?:

2. Enuméralos y ponlos por grados de dificultad:

3. Ahora, ve quitándolos de tu camino; empieza por el más pequeño, para ir desarrollando tu habilidad, y desmenúzalos en pequeños problemas:

4. Descubre que frente a ti el camino se ve más claro; ahora, identifica los problemas reales, los que tienen soluciones, y anótalos. No vas a ver todos al mismo tiempo, pero podrás identificar los inmediatos, los que harán que des pasos hacia delante:

5. Encuentra sus soluciones y avanza:

Ejercicio B

Escribe las respuestas a las siguientes preguntas.[4] (La efectividad de este proceso

depende de hacer esto en orden, y agradecer a las personas después de que te respondan, o agradecerte a ti por cada respuesta, exclamando un GRACIAS.)

1. ¿Te ocurrió algún problema u ***Obstáculo*** en el pasado que hoy te limita?

2. Si tu respuesta fue no, lleva a cabo este ejercicio con algún problema u ***Obstáculo*** que tengas ahora. ¿Qué pasó?, trata de describirlo lo mejor posible:

3. Quiero que lo describas a mayor profundidad, así que responde las cualidades o características que tiene. ¿De qué tamaño es?

4. ¿Qué tan pesado es?

5. ¿De qué color se ve?

6. ¿Qué estado de ánimo adoptas cuando lo recuerdas? Es importante que definas el o los diferentes estados de ánimo que vienen a ti:

7. ¿Qué es lo que no querías que pasara en ese momento?

8. Antes de este ***Obstáculo***, ¿cuáles eran los sueños de tu vida?

9. ¿Qué tan grande eras cuando tenías esos sueños?

10. Ahora velo objetivamente. ¿Quieres quedarte atorado en este ***Obstáculo*** o empezar a resolver el problema y dejarlo ir para seguir creciendo?

11. ¿Cuál es el aprendizaje más grande que te ha dejado este ***Obstáculo*** o problema? Aunque todavía no se resuelva, quiero que pienses qué aprendizaje te dejó, te está dejando o podría dejarte:

12. Sonríe, ¿de qué humor te encuentras ahora?

NOTAS:

4 Este ejercicio puede servirle a cualquier persona; si sigues el orden de las preguntas, puedes hacerlo en cualquier circunstancia.

CONTEXTO Y CONTENIDO

Y la historia continúa…
La gente que más quieres es la que se vuelve más negativa en esos momentos en los que esperas puro apoyo; esto, claro, desde tu punto de vista. *El no, no, no* es la palabra más socorrida, cuando en tu cabeza traes y quieres el *sí, sí, sí*. Te empiezan a bombardear con sus propios *Miedos* y limitaciones, pero entonces yo —si quería seguir mi intuición—, debía ir a contracorriente. Al paso del tiempo todos ellos se darían cuenta de que mi decisión había sido lo único correcto en ese momento de mi vida, y la apoyarían. Sin embargo, para llegar a ello faltaba aún mucho tiempo. Lo importante ahora era identificar dos cosas importantísimas: el *Contexto y Contenido* de lo que quería hacer en este viaje.

Este capítulo es el punto medular del libro y de lo que intento enseñar, tanto en mis talleres como en las actividades de mi vida. Yo trato de ayudar a las personas a facilitar procesos para encontrar respuestas, y como asesor o facilitador no les doy la repuesta, esa nunca será mi meta, porque creo que todos nacemos siendo sabios, solo necesitamos alguien que nos ayude a redescubrirlo. Es la base donde centro todo el conocimiento que he recibido, que trasmito y manejo en mis talleres, escritos y aplicaciones. Los principios fundamentales de mi desarrollo, pensamiento y vida personal, son: ***Contexto y Contenido.***

Primeramente quiero que veas el dibujo ubicado al principio del capítulo. Considera que el agua es el ***Contenido*** de la cubeta, y el ***Contexto*** en sí, es la cubeta misma. Esto, aparentemente muy simple, encierra uno de los principios[5] que, desde mi experiencia, amplían la concepción de las cosas, pensamientos e ideas que tenemos como seres humanos. En los talleres y seminarios que imparto por todo el mundo, siempre hago la siguiente pregunta:

¿Qué es más importante para ti,
el ***Contenido*** *o el* ***Contexto****?*

En el noventa por ciento de los casos, las personas contestan que el ***Contenido***, y eso no es verdad; es una posición comodina del pensamiento, un truco facilón y ramplón que nos sugieren las voces de nuestro entorno, incluso nuestras voces internas. Yo difiero ante esto, pues para mí en realidad el ***Contexto*** es lo más importante. Vamos por partes para que comprendas lo que quiero decir. Digamos que tenemos una piscina de 5 000 litros de agua y una cubeta de 19 litros. Ahora imagina que vamos a vaciar los 5 000 litros en la cubeta. Los litros son el ***Contenido,*** y la cubeta el ***Contexto***. ¿Qué va a pasar? Obviamente se derramarán por lo menos 4 981 litros. ¿Te das cuenta que el ***Contexto*** es mucho más importante que el ***Contenido***? Aclaro que aun cuando el ***Contexto*** es lo más significativo, el ***Contenido*** no se excluye, simplemente ocupa un pequeño peldaño inferior; este es un gran conocimiento que aprendí de Robert Kiyosaki, que cambió trascendentalmente mi manera de ver la vida y vivirla. Si siempre cambias el ***Contexto*** tendrás la posibilidad de poder manejar mejor ***Contenido.***

Otro punto fundamental de ***Contexto*** y ***Contenido*** es la estructura; es decir, ¿de qué está hecha la cubeta? El material va a ser clave en el momento de las emociones fuertes, pues un material que resista emociones es similar a pensar en una cubeta de acero, donde puedes poner la llama de una vela debajo y lo único que pasará será que hervirá el agua, pero no se deformará; en cambio, si el ***Contexto*** (la cubeta) es de plástico, y pones debajo esa misma llama, esta se va a quemar y derretir, haciendo que el ***Contenido*** se derrame, pues no tiene la fortaleza necesaria para sostenerlo. Representamos las emociones como una flama incandescente que hace hervir las cosas. Entonces debemos

enfocarnos en dos elementos del ***Contexto***: el tamaño y la fortaleza. Añadiré a todo esto que el asa de la cubeta es precisamente la ***Misión***; es de donde te agarras para levantar tu proyecto de vida o trabajo.

El Entorno o *Contexto* **siempre** es más fuerte que la Voluntad.
—Blair Singer

Vamos a lo básico. Según el diccionario, estas son las definiciones de ***Contexto*** y ***Contenido***; cuando termines de leer el capítulo, compara estas descripciones con las tuyas. Vas a crear tus propias acepciones, de acuerdo a cómo las entiendas y a tus experiencias pasadas, será fantástico. La razón por la cual uso el diccionario es precisamente para entender su ***Contexto*** real y, de esta forma, el ***Contenido*** implícito.

Contenido:
Part. De contener I. Adj. 1. Que se conduce con moderación o templanza. II. M. 2. Cosa que se contiene dentro de otra. 3. Conjunto de cosas que se expresan en un escrito, un discurso o una obra.

Como vemos, la definición de ***Contenido*** es similar al ejemplo de la cubeta.

Contexto:
M. 1. Entorno lingüístico del cual depende el sentido y el valor de una palabra, frase o fragmentos considerados.
2. Entorno físico de situación, ya sea político, histórico, cultural o de cualquier otra índole, el cual se considera un hecho.

El ***Contexto*** es el sentido, la estructura que forma, lo que envuelve, tal como la cubeta de nuestro ejemplo. Por eso es muy importante fortalecer nuestro ***Contexto,*** para poder verter en él todo nuestro ***Contenido***. Vivimos dentro de una educación y cultura que nos empujan a manejar grandes cantidades de ***Contenidos,*** y es un principio general que si no contamos con un ***Contexto*** suficiente, que pueda soportar el ***Contenido***, no lo asimilaremos por más que el ***Contenido*** sea de excelente calidad; en la actualidad, prácticamente podemos obtener todo el ***Contenido*** que deseemos, si no, pregúntale a Google.

Un ejemplo de ***Contexto*** y ***Contenido*** que me gusta mucho, y que la naturaleza nos regala, es aquel que dice que si tres tiburones nacieran de la misma madre al mismo tiempo, y pusiéramos uno en una pecera de 50 litros, otro en una de 100 litros, y el tercero en un estanque de un millón de litros, al paso del tiempo, el tiburón de la pecera

chiquita no alcanzaría una medida de más de 50 cm, el segundo mediría a lo sumo 90 cm, y el afortunado tiburón del estanque alcanzaría un tamaño de dos o tres metros. De manera inversa, pero siguiendo el mismo principio, lo vemos en las técnicas de cultivo de los bonsái: menos tierra, menos espacio, menor crecimiento.

Ahora, ¿cuál es el ***Contexto*** de tu vida?
¿Lo creaste tú o alguien lo desarrolló por ti?

Una frase muy común que escucho de muchos colegas empresarios al referirse a un subordinado es: *No entiende lo que se le dice*; y también se lo he escuchado a mi mujer: *Los niños no entienden*. En ambos casos, mi respuesta es que no es que no entiendan, sino que su ***Contexto*** de ese momento, o su tamaño, no es lo suficientemente grande o de la forma necesaria para discernir ese ***Contenido***; simplemente se sale de su espacio de comprensión, al estar fuera de su ***Contexto.*** Muchas veces, nosotros mismos, en alguna conversación, hemos expresado que no entendemos lo que nos dicen, y esto puede deberse a que el tema en cuestión no corresponde a un área que conozcamos o dominemos, eso quiere decir que en esa área tenemos un ***Contexto*** pequeño. Por ejemplo, mi ***Contexto*** acerca de entender las fórmulas químicas de los medicamentos es muy pobre; el ***Contexto*** de un químico es mucho mayor, y puede entender eso perfectamente.

Estoy seguro que ustedes, a partir de las experiencias y la educación que han tenido a lo largo de sus vidas, fueron moldeando diferentes ***Contextos*** con muy variados ***Contenidos*** de manera natural. Muchas veces nuestro ***Contexto*** ha sido demasiado pequeño para la cantidad de ***Contenido*** que queremos poner dentro, y siguiendo el ejemplo de la cubeta, si el ***Contexto*** es pequeño y el ***Contenido*** abundante, sencillamente se derramará y no podremos reunir la cantidad de ***Contenido*** que esperamos. No estoy diciendo que no se quede parte del ***Contenido*** en el ***Contexto,*** lo que pasa es que ese ***Contexto*** no es el adecuado para el ***Contenido,*** y no puede soportarlo como deseamos.

Esta simplicidad entre ***Contexto*** y ***Contenido*** nos lleva a reflexionar: ¿cuántas veces nuestro ***Contexto*** resultó insuficiente para nuestro gran ***Contenido***?

Hablando de relaciones afectivas, tengo un buen ejemplo: cuando una persona da un gran ***Contenido*** y la otra no cuenta con el ***Contexto*** adecuado, si ese ***Contexto*** no se modifica, las cosas no funcionan y el vínculo termina porque no tenían un ***Contexto*** común. Parece una forma muy simple de ejemplificarlo, pero si lo vemos de manera objetiva, es por eso que algunas relaciones no funcionan. Las personas involucradas en una relación, la que sea, afrontan los mismos problemas, sucede igual entre padres e hijos, parejas de novios, esposos o colegas de trabajo. No se entienden debido a la diferencia de ***Contextos***, o de la raíz y dirección del ***Contenido.***

Para crecer en la vida, está permitido
caerte, pero levantarte es obligatorio.
Caerte es ***Contenido***, levantarte es
Contexto.

Cuando no hay un ***Contexto*** común entre las personas, no fluye correctamente la comunicación, es como si no hablaran el mismo idioma, como si no entendieran el porqué de la actuación de la otra persona. Además, debe existir un ***Contexto*** propio de la relación, una base que la sostenga y sobre la cual se apoyen para cuando lleguen momentos de emociones intensas, en las cuales la inteligencia se esfuma y deben tomar decisiones adecuadas. Pero todo se simplifica si entiendes los principios de ***Contexto*** y ***Contenido***.

Nosotros debemos darnos cuenta de que algunas veces no logramos tener el ***Contexto*** necesario para lograr la riqueza o abundancia que deseamos, tal vez tenemos todas las ganas y el ímpetu, que serían nuestro ***Contenido***, pero en un ***Contexto*** equivocado, pues no hay metas definidas, reglas a seguir, no hay estructura para hacerlo, no hay ***Misión.***

Una de las cosas más sencillas para fortalecer e incrementar tu ***Contexto*** es establecer una disciplina y un orden en tu vida, crear pensamientos laterales y tratar de observarte desde afuera para analizar las cosas que no alcanzas a ver. Otro elemento que implementa Blair Singer es un Código de Honor para ayudarte a seguir adelante aun en los momentos más difíciles, cuando sientes que nada está claro.[6]

El Código de Honor es la base de aquello que va convirtiéndose en disciplina, con reglas y acuerdos que hacen que el ***Contexto*** se mantenga; es la manera más práctica para hacer algo. Te daré como ejemplo las reglas de mi propio Código de Honor, que ejecuto con mucha disciplina y orden:

1. Nunca, nunca renuncio a mis sueños.
2. Soy honesto y directo.
3. Controlo la emoción negativa.
4. Soy saludable, vivo sanamente y controlo el dolor.
5. Soy agradecido con Dios en todo y por todo.
6. Siempre amanezco y duermo con una sonrisa, porque soy feliz.
7. Aplico mi ***Pasión*** al cien por ciento en cada cosa que hago.
8. Confío en el proceso, lo vivo paso a paso y bajo el principio de disciplina, práctica y responsabilidad.

9. Hago ejercicio y como sanamente a diario.
10. Me quiero y siempre estoy seguro de mí mismo.
11. Mi ***Misión*** es un escudo protector e invisible para mi vida.

Debes darte cuenta de que cuando algo está fuera de tu ***Contexto***, te causa ***Miedo*** porque no lo alcanzas a entender o percibir, y eso te produce inflexibilidad y terquedad, no porque las personas sean malas, sino simplemente porque está fuera de su alcance comprenderlo. Una manera natural de protegerse es no tolerar cambios en la forma de hacer las cosas y resistir todo lo que no se ajuste a tu ***Contexto***; recuerda que todos tenemos razones poderosas en nuestras experiencias pasadas para ser como somos.

Ahora bien, ¿cómo puedo en la vida diaria observar el ***Contexto*** de una situación determinada para entender el ***Contenido*** y buscar una solución clara? Necesito comprender el ***Contexto*** de las relaciones que sostengo con el mundo que me rodea, contextualizar mis objetivos para obtener los ***Resultados*** que espero y, dentro de los parámetros de un ***Contexto*** real que pueda sujetar el ***Contenido***, lograr el éxito y la abundancia.

En el caso de mi viaje, estaba en el momento ideal para establecer mi ***Contexto*** y mi ***Contenido***; de esa manera se clarificaría aún más mi ***Misión***. Hablando del ***Contenido*** que había acumulado a lo largo de varios años, se encontraba todo el conocimiento aprendido en los libros de mis maestros, talleres y pláticas, además de la experiencia adquirida en el trato a las personas, en cómo abordarlas, motivarlas y ayudarlas. El ***Contexto*** era la disciplina y las reglas establecidas entre mi hermano y yo, así como mi gran autoestima; tenía la seguridad de que mi hermano confiaba plenamente en mí y apoyaba nuestras reglas para los momentos difíciles. Una regla era: NO RENUNCIAR.

La principal confusión entre ***Contexto*** y ***Contenido*** es que muchas personas tienen gran cantidad de información, pero no se dan cuenta de que se trata de ***Contenido***; y esas ideas hacen que se aferren y se cierren a la posibilidad de expandir su ***Contexto*** y su crecimiento, disminuyendo al mismo tiempo sus posibilidades de éxito. La frase favorita de este tipo de personas es: *ESO YA LO SÉ*, lo cual de inmediato cancela cualquier oportunidad de expandir tu ***Contexto*** hacia nuevos horizontes. La arrogancia les mata el placer de vivir desde el ***Contexto***, y los priva de las enseñanzas que la vida nos da a cada minuto.

Cuando alguien tiene un ***Contexto*** pequeño pero no lo ha entendido, en el momento que no logra cumplir sus metas se siente frustrado, su autoestima decae y los nuevos objetivos que plantea serán mucho menores, pues no se siente con capacidad de lograr cosas más grandes, lo cual genera una acumulación de metas sin cumplir y sueños rotos. Si la persona empieza a entender y cambiar su ***Contexto***, aumentan sus posibilidades de éxito, por lo tanto cumple sus metas, su autoestima se eleva y sus nuevos retos son mayores, pues tiene la convicción de poder hacerlo.

Entender tu ***Contexto*** y aprender a seguir el proceso para obtener los mejores

Resultados con los mejores ***Contenidos*** es el paso número uno. El secreto del éxito económico, emocional, físico y espiritual está en identificar el ***Contexto*** en que vives, para expandirlo y mantenerte abierto para que el ***Contenido*** pueda crecer en tamaño y calidad.

Muchas veces en seminarios y cursos me han preguntado cuál es la receta para ser abundante y armónico; mi respuesta siempre es: ***Contexto***, ***Contexto*** y ***Contexto***, con un ***Contenido*** potente y una ***Misión*** que te sirva de guía para alcanzar tus sueños, con una envoltura de Gran Pasión.

Para una persona exitosa, el ***Contexto*** del éxito es un vaso grande en el que no ve las limitaciones de este, sino las ventajas de que sea amplio y grande, y busca la manera de ponerle el mayor ***Contenido*** de calidad para lograr sus metas. Es el ***Contexto*** lo que hace la diferencia en el momento de tomar decisiones del tipo que sean: financieras, personales, familiares, laborales, etcétera. De acuerdo con el ***Contexto*** que tengas, será la decisión que tomes.

Por último, en el caso de nuestro personaje Abir, el esclavo hebreo, él sabía lo que debía hacer, pero no tenía el ***Contexto*** adecuado, no se encontraba en el entorno para hacerlo, y por eso fracasó en su intento. El ***Contenido*** era lo que él intuía que podía hacer junto con sus compañeros esclavos para liberarse. El ***Contexto*** era muy pequeño porque tenía que ver con la falta de valor y conocimiento de los otros para lograrlo.

SUMARIO

Contexto es la estructura que envuelve, la que da forma, tamaño y fortaleza a tu ***Contenido***.

El ***Contexto*** se forma con las reglas, disciplinas, acuerdos y Códigos de Honor que estableces para ti y para tu equipo.

El ***Contenido*** es el cúmulo de información, conocimientos y experiencias que conforman nuestro acervo de la vida, tratándose de lo cultural, de lo físico, de lo emocional o de lo espiritual.
Mientras tengas más disciplina, autoestima o seguridad de tus capacidades, más grande será tu ***Contexto.***
Contextos débiles provocan falta de sustento en tus ***Contenidos.***

Ejercicios de cambio de vida

1. Identifica cuáles son los problemas más recurrentes de tu empresa, de tu familia o de tu persona. Analiza si son creados por ti o por alguien más:

2. ¿Qué pasaría si pudieras analizar esos problemas desde el punto de vista Contextual y

no perderte en el ***Contenido*** ordinario?

3. ¿Qué pasaría si tuvieras el control de estos problemas?

4. ¿Cuáles son las viejas creencias y conductas con que te has conducido en tu vida, que te están bloqueando?

5. ¿Cómo pueden afectarte estas creencias y conductas cuando está todo bajo presión, y tu emoción permance fuera de control?

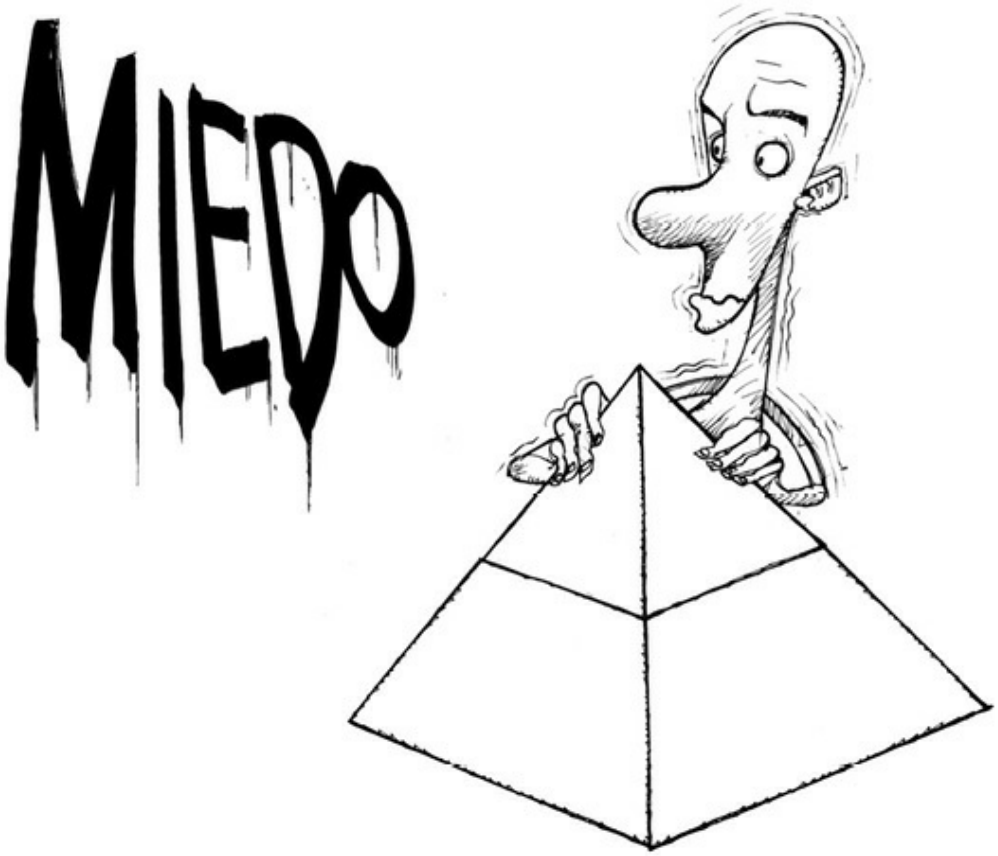
6. Haz una lista de cualidades y creencias que deseas para ti, tu familia o equipo:

7. Haz una lista de cinco compromisos contigo mismo a partir del día de hoy, con los que vas a fortalecer tu voluntad y aumentar tu disciplina:

NOTAS:

5 *Principio* para mí es algo que sirve como base, origen o razón fundamental sobre la cual discurre cualquier materia, y que es aplicable en el cien por ciento de los casos, en un plano determinado.

6 Para tal efecto les recomiendo *El ABC para crear equipos exitosos de negocios, el Código de Honor que transforma equipos normales en equipos de campeonato*, libro de Blair Singer. Es un referente importantísimo del tema.



MIEDO

Y la historia continúa…
¿Por qué mi padre, un hombre de empresa y con una sabiduría como pocos, no veía con buenos ojos mi decisión de emprender la aventura? Muchas veces, a lo largo de nuestras vidas, nos encontramos con caminos que se bifurcan. Es imprescindible inclinarnos por uno o por otro, no podemos tomar los dos. Y casi siempre alcanzamos a advertir el umbral de cada uno de ellos. La incertidumbre siempre inquieta, así que si vemos que uno de ellos está lleno de árboles, con senderos sinuosos, y el otro se vislumbra despejado y sin *Obstáculos*, invariablemente tomaremos este último. ¿Qué nos impide escoger el otro? El *Miedo*. Tiempo después de que emprendimos mi hermano y yo nuestro reto, papá me confesó que en el fondo, él también hubiera querido hacer lo mismo en un momento de su vida, pero el *Miedo* lo paralizó.

Cuando uno está atorado en el camino, lo primero que debe analizar es por qué está pasando eso. Si llegamos a la conclusión de que es el ***Miedo*** lo que nos paraliza, entonces debemos enfrentarlo; o sea, ponernos frente a frente con él y sentirnos cómodos de poder observarlo. Así lograremos conocer su naturaleza y su origen. Entonces sabremos cómo resolverlo.

Pero primero vamos a definir qué es el ***Miedo***.

> Según Wikipedia,[7] el ***Miedo*** es una emoción caracterizada por un intenso sentimiento, habitualmente desagradable, provocado por la percepción de un peligro real o supuesto, presente, futuro e incluso pasado. Es una emoción primaria derivada de la aversión natural al riesgo o a la amenaza, y se manifiesta tanto en animales como en seres humanos.

> De acuerdo con el Diccionario de la Real Academia Española, el ***Miedo*** es una perturbación angustiosa del ánimo por un riesgo o un daño real o imaginario. También es el recelo o aprensión que alguien tiene de que le suceda algo contrario a lo que desea.

¿Te das cuenta? El ***Miedo*** surge principalmente por la *ignorancia* acerca de algo, y/o la inseguridad de cómo enfrentarlo. El ***Miedo***, como dijimos antes, paraliza. Quiero transcribirles extractos de un poema de una escritora contemporánea:

> *Tengo miedo de ser, de crecer y de verme a mí misma como soy[…] de mi dolor, de mi indecisión, de mi caminar que solo me guía a cada segundo hacia más soledad, […] de la libertad por la cual tanto he luchado, tengo miedo de verme en el espejo y ver el mismo reflejo temeroso de tanto tener miedo.*[8]

Como te darás cuenta, nuestros ***Miedos*** pueden surgir desde muy adentro de nosotros, como lo describe con palabras claras la poeta, así como de cosas que suceden en lo cotidiano de nuestras vidas. A uno puede darle ***Miedo*** cuando pierde el empleo o cambia de residencia, cuando enfermas tú o alguien de tu familia, al morir un familiar, si alguien te maltrata física o emocionalmente, cuando inicias o cierras una empresa, si sufres un robo; en fin, los motivos pueden ser muchos y muy variados. Pero el problema es uno: el saberte o sentirte indefenso ante las adversidades, el no contar con un ***Contexto*** suficientemente fuerte para que contenga cualquier eventualidad de la vida, o de tu yo interno. Pero, ***¡Esto tiene que cambiar!***, y también yo. Al empezar mi travesía tuve ***Miedo***, grandes ***Miedos.*** El primero, fue pensar si estaba haciendo las cosas correctamente; el segundo, por cómo convencer de mi proyecto a los demás. Durante el proceso también tuve ***Miedo*** de que a mi hermano le pasara algo, a mí, en fin… Eso es algo que no puedes evitar, pero sí superar.

Una definición de ***Miedo*** que me encanta, es la de Eckhart Tolle,[9] uno de mis autores favoritos. Para él, la condición psicológica del ***Miedo*** está divorciada de cualquier peligro inmediato, concreto y verdadero. Dice que el ***Miedo*** se presenta de diversas maneras, como incomodidad, preocupación, ansiedad, nerviosismo, tensión o temor, entre otras. Y, ojo, la importancia del estar en tiempo presente para evitar el ***Miedo*** es fundamental. Eckhart dice que el ***Miedo*** psicológico se refiere siempre a algo que podría pasar, no a algo que está ocurriendo ahora.

El Miedo de los demás puede cegar tu objetividad; NO lo permitas. Analízalo, resuélvelo y crece, no hagas tuyos los Miedos de otros.

Cuando el ***Miedo*** surge de adentro hacia fuera, generalmente se debe a una baja autoestima. Por ejemplo, sería difícil ver el futuro con temor, si nuestros padres incrementan nuestro ***Contexto*** exaltando los descubrimientos que hacemos del mundo y nos motivan a seguir aprendiendo, aunque caigamos una y otra vez en el intento por dominar el arte de caminar; serían divertidos los retos a vencer, veríamos la vida como lo que es, como un juego. Pero en cambio, si desde pequeños nos dicen que somos tontos, que no sabemos hacer las cosas, nuestro ***Contexto*** será muy débil, se romperá con cualquier contingencia de la vida y acabaremos por escondernos permanentemente en un rincón, deseando ser nada.

¿Qué podemos hacer los adultos para enfrentar el ***Miedo*** y así darle la cara a los retos diarios? Engrandecer y fortalecer nuestra voluntad por medio de un gran ***Contexto***. Ponernos cara a cara ante nuestros ***Miedos,*** confrontarlos, observarlos meticulosamente como haría un científico en su laboratorio, dividir sus partes, buscar sus orígenes; entonces nos daríamos cuenta de que ningún ***Miedo*** es mayor a nosotros mismos. Todos los ***Miedos*** se hacen chiquitos si los encaramos. Recuerda que el hombre siempre será mayor a sus ***Obstáculos***, y que todo es cuestión de enfoques.

El *Miedo* siempre está dispuesto a hacernos ver las cosas peores de lo que son.
—Tito Livio (historiador romano)

¿Tu negocio quebró y ya no quieres arriesgarte? Primero que nada, piensa cuáles fueron las razones de la quiebra, qué pasó. Pide a tu secretaria un rico jugo de frutas, o prepáratelo tú mismo, siéntate en tu escritorio y comienza a escribir todo lo que provocó esa crisis. Revisa la ***Misión*** que tenías cuando decidiste iniciarlo, y en qué punto de esta perdiste el camino. Anota todo lo que venga a tu mente. ¿Te das cuenta de que no fue porque te hicieron brujería, o porque no eres apto para este tipo de negocios? Cuando hayas visto de manera clara qué pasó ahí, seguramente tendrás un impulso más grande para iniciar un nuevo negocio con una herramienta más poderosa que antes no tenías: tu experiencia de vida; y debes contestarte: ¿*Cuál es la lección que aprendí de esto*?

SUMARIO

El ***Miedo*** se deriva de una baja autoestima. Los ***Miedos*** pueden surgir dentro de uno mismo o afuera. La manera de acabar con ellos es enfrentándolos.
Ningún ***Obstáculo*** será más grande que tú mismo.
Con un ***Contexto*** lo suficientemente fuerte, puedes contener y enfrentar cualquier eventualidad de la vida o de tu yo interno, y encarar tus ***Miedos***.

Ejercicios de cambio de vida

Este proceso es muy fuerte. Trabajar con el ***Miedo***… da ***Miedo***. Así que, si puedes, pídele a alguien que te ayude a hacerlo leyéndote las preguntas, sin que opine o te quiera dar ninguna solución; que únicamente lea las preguntas y te deje responder sin emitir ningún juicio.

1. Ubica tu ***Miedo***. ¿Dónde está ese ***Miedo***?

2. ¿De qué tamaño es?

3. ¿Cuál es su peso o presión?

4. ¿Cuál es su color?

5. ¿Cuál es la sensación que te produce ese ***Miedo***?

6. ¿Cuánto tiempo dura?

7. ¿Cuáles son sus intenciones?

8. ¿Existe alguna palabra o frase conectada con ese ***Miedo***? Si no, continúa. Si es ***sí***, toma esa palabra y repítela muchas veces con diferentes estados de ánimo, hasta que

termines riéndote. (Muchas veces, aunque parezca algo poco común, debes repetirlo.)

9. ¿Qué de lo anterior no debe ser experimentado?

10. Dale las gracias.

11. Deja que se vaya y esfume como vapor saliendo de toda tu existencia.

12. Ahora, ¿de qué humor te encuentras?

NOTAS:

7 Wikipedia: enciclopedia en Internet construida colectivamente.

8 *Gritos en mi silencio*, Martha Leticia Martínez de León, edición a cargo de la autora.

9 Del libro *Practicando el Poder del Ahora, un camino hacia la realización personal,* de Eckhart Tolle, editorial New World Library, impreso en Canadá, 2001.

EL SUSURRO

Y la historia continúa…
Cuando inicié el camino rumbo a mi meta, yo era abogado, un hombre de empresa; estaba en riesgo de perder a varios clientes por la decisión que había tomado. También oía un *Susurro* decirme que tal vez sería mejor no hacerlo. Sin embargo, algo dentro de mí me pedía a gritos un cambio, una transformación, y esa fue la voz que atendí. Cuando el viaje estaba listo, y todos mis parientes se encontraban a las puertas de la casa mirándome con cara de angustia, les dije algo que mi espíritu me dictó: *Familia,* tengo una *Misión*. Y mi hermano y yo partimos.

Como vimos en el capítulo anterior, el ***Miedo*** deriva de la inseguridad a enfrentar lo desconocido, y ante ello nuestro subconsciente[10] de manera natural y como un mecanismo de defensa, comienza a emitir una cantidad de frases para evitar que

insistamos en un empeño que para él es inseguro.

Dentro de todos nosotros hay un ***Susurro*** que siempre escuchamos, y no para de aconsejarnos o regañarnos. Por supuesto, no era yo la excepción. Desde que decidí iniciar mi aventura, este ***Susurro*** — *la vocecita*—[11] no dejaba de hablarme. Me decía frases como: *¿En qué te estás metiendo? ¿Qué necesidad tienes de esto? ¿Cómo voy a dejar a mi familia sola? ¿Y si no llego a mi meta? ¿Y si estoy siendo un necio?*

Así que no nada más tenemos a nuestros seres queridos contraponiéndose a nuestros intentos por alcanzar las metas, sino también a uno mismo. De modo que la carrera iba a ser a contracorriente. ¿Te das cuenta? Y si revisas el pasado, casi todas las personas que han logrado destacar en algo, tuvieron que hacerlo de esa manera. El camino, pues, no es fácil, pero el resultado siempre es satisfactorio, incluso para quienes en un momento dado se negaron a creer en ti, o para los que se oponían a que lo hicieras.

Lo más importante de todo no es ir en contra de tu propio ***Susurro*** sino saber reconocerlo, identificarlo, educarlo y sobre todo aprender a manejarlo. De hecho, puede llegar a ser un excelente aliado en tus decisiones, siempre y cuando sepas que lo que te está diciendo deriva de un razonamiento bien analizado, o simplemente es el reflejo de tus temores e inseguridades, o tus fracasos del pasado.

Ese ***Susurro*** no es más que el parloteo de la mente, y vive en nuestro subconsciente, ahí donde se guardan los recuerdos que difícilmente afloran a nivel consciente, esos que están por debajo del umbral de la conciencia. Pero si de pronto vivimos un suceso que se conecta con otro semejante vivido antes, donde no la pasamos muy bien, este ***Susurro*** brinca desde las profundidades y nos alerta; sin embargo, como no tiene todo el ***Contexto*** nuevo, muchas veces se puede equivocar. Te voy a poner un ejemplo.

Imagina a un niño que nunca tuvo la oportunidad de aprender a nadar, y en su primer encuentro con una alberca, sus primitos que sí saben nadar, lo avientan a la parte honda y él experimenta una horrible sensación de angustia, y casi se ahoga. Pasados los años, en los que jamás vuelve a acercarse a las piscinas, consigue una novia que precisamente es una excelente nadadora y lo invita un fin de semana a un club privado. ¿Sabes qué le va a ***susurrar*** su vocecita a nuestro protagonista?: *¡Tú no puedes ir ahí! ¡Si antes no moriste, ahora sí va a pasar! ¡Seguramente te aventará a la alberca y harás el peor de los ridículos! ¡Esa chica no te conviene! ¡Tienes que cambiar de novia!* , etcétera, etcétera, etcétera… Y ese será el fin de un posible gran amor. ¿Ves ahora cómo el ***Susurro*** puede provocarte serios problemas en tu vida? Entonces, ***¡Esto tiene que cambiar!***

Lo básico en todo esto, es que debes identificar a ese latoso que vive en tu cabeza, y estar siempre despierto para saber si eso que te dice es adecuado para el momento, o si está de necio repitiendo cosas del pasado que estás tratando de superar. Esa vocecita no se cansa de hablar, y te la encuentras en situaciones familiares, laborales, emocionales, espirituales, en todo tu entorno. Y no solo está formada por tus propias vivencias, sino que es una mezcolanza de las voces de tus padres, tus hermanos, tus parejas, tus jefes, de cualquier persona que haya sido o sea una fuerte influencia en tu vida.

Cuando el *Susurro* dice: Ya lo sé, en automático cierras la posibilidad de dejar salir tu grandeza. El ego bloquea tu crecimiento.

¿Recuerdas la historia de Abir? Cuando él instaba a sus compañeros esclavos a luchar contra sus agresores, todos callaron y no lo acompañaron en su combate. ¿Pero callaban realmente? Sí, sus bocas estaban cerradas, aunque seguramente en sus cerebros los ***Susurros*** estaban a todo vapor diciendo cosas como: ¡*Ese hombre está loco! ¡Nos van a matar a todos! ¡Los amos no son tan malos, nos dan comida y casa! ¡Maten a ese insurrecto!*... en fin. Por eso Abir luchó sin resultados, no tenía a sus compañeros como aliados por culpa de sus propios ***Susurros***.

Lo importante, cuando estás a merced del ***Susurro***, es saber identificarlo y decir: *Ese que habla no soy yo, es mi vocecita, ese pequeño diablillo que me quiere confundir y alejar de mis propósitos*. Debes ser firme en los impulsos que te llevaron a buscar nuevos caminos, reconocerlos como fuertes deseos para cambiar tu vida, y aprender a controlar el ***Susurro*** de tu vocecita[12]. De esa manera llegará a ser tu aliado y no el constante enemigo en tu proceso hacia el éxito. Recuerda que lo importante es aprender a manejar grandes retos, no a enfrentarte a un estrés excesivo, y el ***Susurro*** solo provoca esto último.

SUMARIO

Los bloqueos en nuestro camino hacia el éxito comienzan por el ***Susurro*** de la vocecita que nos mal aconseja.

El ***Susurro*** de nuestro subconsciente surge de manera irracional en momentos de toma de decisiones.

Lo importante no es bloquearlo, sino aprender a educarlo y después a manejarlo para que sea nuestro aliado y no nuestro enemigo.

Ejercicios de cambio de vida

Ejercicio A

1. ¿Qué te dijo el ***Susurro*** de tu vocecita cuando leíste este capítulo?

2. ¿Fueron uno o varios ***Susurros***?

3. ¿Hasta este momento de tu lectura el ***Susurro*** ha tratado de que dejes de leer este libro?

4. ¿Qué dijo el ***Susurro*** ante este comentario?

Ejercicio B

1. Durante esta semana proponte tratar de analizar quién domina a quién, tú a tu ***Susurro***, o tu ***Susurro*** a ti.

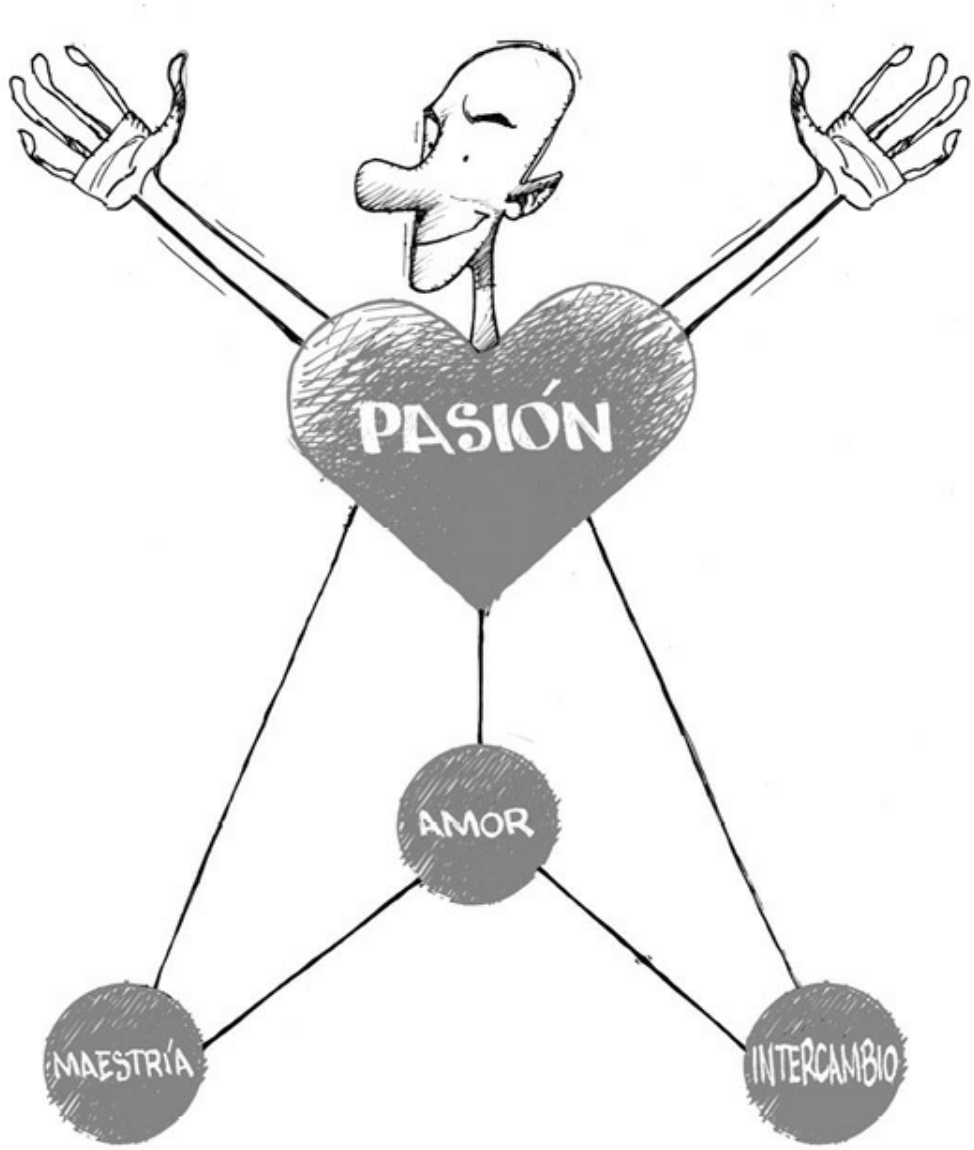
2. Confróntalo, edúcalo y supéralo.

NOTAS:

10 Para fines de este libro, dividiremos el cerebro solo en Consciente y Subconsciente. Es materia de los expertos en el tema hablar de otras divisiones.

11 El término *La vocecita* está tomado del libro del mismo nombre, escrito por Blair Singer, al día de hoy uno de mis grandes maestros, amigo y socio. (Editorial Aguilar)

12 Para aprender a manejar la *vocecita,* te recomiendo que leas el libro de Blair Singer, ahí encontrarás las 21 técnicas para dominarla.



PASIÓN

Y la historia continúa…

¿Por qué decidí iniciar mi viaje en Puebla y no en la Ciudad de México, que era donde vivíamos? Salir de la capital del país hubiera sido muy fácil. Por mi profesión, yo contaba con muchas relaciones, y la tentación de buscar a alguien estaría presente; en cambio, en Puebla no conocíamos a nadie, y el reto en verdad tenía que incluir esfuerzo y creatividad. De modo que al saber que uno de mis conocidos viajaría en su auto a esa ciudad en tres días, mi hermano y yo alistamos el mínimo de equipaje, que consistió en la ropa que llevábamos puesta y un par de espíritus entusiastas.

Inicié el reto con todos los ***Miedos*** del mundo. Mi *Susurro* empezó a atacarme con frases como *no puedes, para qué, qué necesidad tengo de hacerlo*… Pero finalmente me confronté y encontré la verdad, puse las cosas claras y a pesar de todos mis *Miedos* me lancé. Por supuesto no había nada

planeado, excepto el punto final. El "cómo" fue presentándose momento a momento. Cuando nos encontramos solos caí en la cuenta de que mi hermano era mi responsabilidad. ¡Qué *Miedo*! Tenía una vida en mis manos, y si todo salía mal era *mi responsabilidad*. El mundo físico ahora tenía que trabajar para mí, no podía dejar que me aplastara.

Lo importante de cualquier ***Misión*** en la vida no es pro-piamente la meta, sino el camino que vas a recorrer, porque en este está el conocimiento.

¿Cuál es la mágica sustancia que hace que uno pueda generar todo el ***Amor,*** dinero y bienestar que se desea? La mayoría de la gente lo planea, otros lo sueñan, algunos lo ven como algo inalcanzable, y los más optimistas lo perciben como un viaje listo para realizarse. Para mí, uno de los ingredientes básicos es la ***Pasión***.

Déjame platicarte una experiencia personal. Cuando era muy niño recuerdo que vivía en una colonia de nivel medio. Tuve una infancia feliz, corriendo atrás de una pelota y jugando bote pateado, escondidas y toda clase de actividades con mis amigos del fraccionamiento. Desde muy pequeño me daba cuenta de que existía algo que me hacía divertirme mucho, era esa sensación que uno tiene cuando sabe que puede jugar horas y horas y no vas a parar por nada; es un sentimiento interno de libertad que te hace caer, llorar y volverte a levantar; esa sensación de que no importa que pierdas (o te encuentren escondido), sabes que puedes intentarlo de nuevo, aunque las lágrimas de la diversión o el accidente aparezcan. Esa fuerza o energía inagotable, para mí, es la primera manifestación de la ***Pasión*** por vivir, disfrutar, aprender y crecer.

Así fue realmente como en mi ser se me reveló la magia de la ***Pasión*** por hacer las cosas. En esos tiempos, su mecanismo era muy incierto, no me quedaba claro cómo funcionaba o cuáles eran sus alcances, pero empezaba a darme cuenta alrededor de los seis o siete años, conscientemente, de que existía algo que me hacía crecer y tener una energía casi mágica. Ahí fue cuando Mi vida y mi espíritu descubrieron la maravilla de la ***Pasión***, que en esos momentos era algo común y formaba parte de lo que hace cualquier niño.

Seguramente, si intentas recordar esos maravillosos años de tu infancia, también encontrarás alguna escena similar en la que sentiste esa misma energía y el sabor de vivir apasionadamente. Por esta razón tienes este libro en tus manos, para tratar de revivir momentos y recordar la magia que está dentro de ti, que te hará volar y obtener todo lo que realmente quieres.

Vamos enterrando a la infancia y a su mágica *Pasión* cuando nos volvemos racionales y sabemos y conocemos más.

Considero que tienes una gran maquinaria con un espíritu infinito, que cuenta con

uno de los mejores conductores: *tú.* Simplemente lo que necesita es un aditivo, gasolina o energía de calidad para recorrer los caminos de la riqueza, el ***Amor***, la vida amorosa y espiritual que se desea; todos pueden hacerlo, es cuestión de querer y poner la mejor gasolina que el ser humano tiene: la ***Pasión***.

Pero empecemos por el principio. Remitámonos al significado de la palabra ***Pasión*** que nos brinda el diccionario: apetito o afición vehemente en algo.

El ser humano, dentro de su actuar, se mueve por dos grandes ejes: las emociones y la inteligencia. Dentro de las emociones se encuentra la ***Pasión***, y en el lado de la inteligencia, la ***Intención*** para dicha ***Pasión***. Tenemos dos grandes mundos en nuestro cerebro, el consciente y subconsciente. El porcentaje que ocupamos de cada uno es materia propia del estudio científico; nosotros únicamente vamos a tomar esta diferencia para fines prácticos, donde el consciente ocupa de un siete a diez por ciento de capacidad, y el subconsciente el noventa por ciento restante.

Ya vimos que en esa gran porción de nuestro cerebro está el ***Susurro,*** que toma acciones que nos despiertan la ***Pasión*** activa de manera inmediata, un actuar de nuestra vida; y dentro de ese actuar tenemos una parte interior que mueve esa ***Pasión*** en cualquier sentido, a esa parte interna le llamamos ***Pasión*** Espiritual.

La *Pasión* es igual a Energía Inagotable,
cuyos principales combustibles son:
honestidad, amor y alegría.

¿Qué es la ***Pasión*** Espiritual y cómo funciona? Es algo que está dentro de nosotros, que traspasa nuestros propios límites físicos; de hecho, la ***Pasión*** Espiritual es tan grande como tú quieras ser. Haz lo siguiente, tómate unos segundos y pregúntate: *¿qué tan grande eres?* Vuélvelo a hacer: *¿qué tan grande eres?* ¡Correcto! Eres tan grande como el lugar donde estás, como el mundo, como el universo. Tan grande como tú lo decidas, porque tu ***Pasión*** Espiritual es más grande que todo eso; solo tú puedes decidir hasta dónde te permites expandirte y llegar al límite. Eres tú y solo tú.

Yo viajo constantemente por todo el mundo y, muchas veces, cuando el ***Susurro*** de mi vocecita echa a volar a mi Personita, me hago esa misma pregunta: *¿qué tan grande eres, Alfredo?* Y estoy orgulloso de poder decir que me siento infinitamente grande; pero eso no pasa siempre, algunas veces, al hacerme la pregunta digo que soy pequeño, aunque reconozco dónde estoy, y lo más importante: ¿por qué estoy ahí? ¿Qué estado de ánimo me está afectando para estar así? Y entonces vuelvo a darme cuenta de mi grandeza, y me reconozco como tal.

Claro que esto es práctica de todos los días para entenderlo fácilmente. He de comentarles que para mí no siempre ha sido así, y es por eso que escribí este libro, para que todas las personas que lo lean reconozcan y crean en esa grandeza que hay en ellas y

la experimenten, y empiecen a ver cómo autoanalizarse con el fin de entenderse y entender el mundo que les rodea. Mi ***Pasión*** por no rendirme y seguir adelante ha condicionado mi cuerpo físico y sigo sin parar, transformando a esa Personita que simplemente motiva a mi ***Susurro*** a no quedarse quieto.

La* Pasión *es esa energía inagotable que te hace vivir y seguir sin importar los límites que tiene tu cuerpo; la* Pasión *saca lo mejor de ti, y lo pone al servicio de tu vida y la de los demás.

Esa es la enorme, infinita e inagotable ***Pasión*** Espiritual que gobierna tu alegría y las ganas de crecer en tu vida; esa es la sustancia mágica que te mueve; esa es la ***Pasión*** que llevas dentro de ti. Claro que esta misma gasolina aplicada en un motor corrompido y con valores torcidos, desgraciadamente, también funciona, por eso es muy importante saber dónde vas a usarla, porque si la usas mal, el ***Resultado*** será igual de efectivo para llevarte al infinito o a la ruina, y muchos de nosotros somos expertos en usar nuestra ***Pasión*** para fracasar o hundirnos. Pero, ¿sabes? ***¡Esto tiene que cambiar!***

Yo, como mucha gente, por error e inexperiencia, he usado la ***Pasión*** para hundirme. Recuerdo bien cuando era joven y había desarrollado la ***Pasión*** por la fiesta y la bebida. Quiero platicarte que lo hacía con tal ***Pasión***, que me podía agarrar una borrachera de un par de días en pos de la juerga y la libertad. Esa búsqueda de una diversión apasionada me dejó mucho aprendizaje, y hoy en día me doy cuenta de que, inclusive en esos momentos, entregué mucha ***Pasión*** malgastándome y desgastando a quienes me rodeaban y amo. Por eso es importante que si lees este libro solo para saber cómo tener mucho dinero, ***Amor*** o la vida espiritual que deseas, seas sincero contigo mismo.

La *Pasión* por los amigos es una semilla tan poderosa que, regada con cariño, siempre da frutos dulces y deliciosos; por eso la conservamos como algo invaluable.

Un gran amigo, Kelly Ritchie, comenta muy seguido que la energía siempre fluye, que no hay manera de contenerla, y eso nos hace estar en constante movimiento e ***Intercambio*** con los demás. Entonces, si nuestra ***Pasión*** es energía inagotable, ¿cómo es posible que se hayan dado a esta palabra tantas interpretaciones negativas? El problema es que la gente la confunde con el fanatismo; no es lo mismo estar apasionado por algo

hasta un punto de obsesión, que vivir y hacer todo con ***Pasión***. Cuando realizas las cosas con ***Pasión***, las llevas a cabo desde el espíritu y no hay nada que te pueda detener para lograr tu objetivo, además lo disfrutas y no importan los ***Obstáculos*** que encuentres, nunca te darás por vencido.

La interpretación de las palabras depende de las experiencias, o de lo que hay en nuestro subconsciente; es decir, la programación de nuestro ***Susurro*** o incluso los ***Susurros*** de otras personas, nuestros padres, maestros o los medios de comunicación. Sin embargo, como nosotros vivamos determinada palabra, será el resultado que obtendremos; como dijo William Shakespeare: *No hay nada bueno ni malo, el pensar lo hace así.*

Cuando hablamos de la ***Pasión*** de Cristo, sin meterme en el tema de la religión, sino como un hecho exclusivamente histórico, la referencia inmediata que viene a nuestra cabeza es sufrimiento y dolor, y en verdad ese hecho así se ejemplifica. Sin embargo yo lo veo de otra forma, como un hecho de extrema ***Pasión***; un hecho de auténtica energía inagotable. Tan es así, que parece inhumano soportar tal dolor, y solo una gran ***Pasión*** por llevar a cabo una gran ***Misión***, cualquiera que sea, le dio a ese ser fuerza inagotable para seguir adelante.

Otros dos ejemplos de cómo la ***Pasión*** opera en nuestras vidas, son: el enorme motor de la ***Pasión*** maternal, y la ***Pasión*** sexual.

La aventura con mi hermano debía tener este gran condimento: la ***Pasión***; sin ella, no hubiéramos podido llegar a cumplir nuestra meta y, por supuesto, jamás hubiera existido este libro. Lo que aprendí con esta aventura me ha servido a lo largo de mi vida, y me ha dado la oportunidad de acumular vastas experiencias que serán motivo de otros libros.

Desde mi práctica, la ***Pasión*** no es un deseo desencadenado por el placer, aunque la acción misma puede contenerlo; la ***Pasión*** no es un instrumento o una fórmula que se aplique para tener dinero, aunque sí es el elemento primordial de todas las acciones. Sin ***Pasión*** tu vida simplemente se vive en automático, es como si esta fuera solo la historia de un robot, el cual lleva a cabo todas sus funciones día a día solo por hacerlas.

La ***Pasión*** es esa alegría por realizar las cosas, por más pequeñas que parezcan. ¿Pero qué hace a una persona ser optimista y a otra no? En mi concepción, el principio entre ambas es que el optimista ve las cosas con la ***Pasión*** de crecer y hacer algo mejor, mientras que el pesimista solo ve problemas; no alcanza a ponerle ***Pasión*** a la vida o al rol que está viviendo. Vivir con ***Pasión*** implica ver las cosas con el objetivo de buscar *cómo puedo divertirme, hacer mío mi día estando presente e inyectándole esa energía inagotable.*

Si tienes un sueño sigue tras él. Confía en el proceso y no te rindas, o nunca lo verás crecer. Tener *Maestría* en tu vida lleva

tiempo, entiéndelo.

Y esta fórmula es tan poderosa que puedes aplicarla a cualquier circunstancia de tu existencia. Es exponencial cuando la enfocas en un acto positivo. En cambio, si la llevas a cabo en cosas negativas, la ***Pasión*** se desvirtúa y se transforma en algo difuso, menguado, y además pierde su esencia.

En palabras de uno de mis mentores, Alan C. Walter, "la ***Pasión*** es expandirte para obtener la meta que esperas"; la ***Pasión*** es un estado de ánimo ascendente que te ayuda a alcanzar niveles por encima del poder, tales como la expansión o la ***Maestría*** por hacer las cosas que quieres en la vida, desde la ***Pasión*** por amar a tu familia, la novia o el novio, la esposa o el esposo, o a los hijos, hasta conseguir tus metas económicas, sin importar lo altas que sean.

La verdadera ***Pasión*** impulsa a construir, te apoya para que tú y quienes te rodean crezcan y alcancen sus metas físicas, mentales, emocionales y espirituales, y obviamente el dinero y la ***Felicidad*** que anhelan. Desde mi punto de vista, la ***Pasión*** mal entendida busca placer y sensualidad, a veces a costa de los demás, sin importar qué o a quién se lleve en medio; para mí, eso no es ***Pasión***, es codicia.

La verdadera ***Pasión*** crea honestidad, hace vivir apasionadamente y formar un ***Contexto*** que te protege y ayuda, ayudando a los demás. La ***Pasión***, por la simple ***Pasión***, no es ***Pasión***. Voy a explicar esto. La ***Pasión*** debe tener un ***Contenido*** fuerte para crecer y expandirse; si tomo mi ***Pasión*** por jugar futbol, solo por jugar y me apasiono de estar apasionado, pierdo el objetivo del juego. La vida es un juego que requiere entrega y compromiso todos los días. Tienes muchas partidas para jugarlo, si siempre juegas con un sentido y con la ***Pasión*** adecuada, ganarás todas las partidas de tu día, no importa qué tan difícil sea. Si te toca el juego del tráfico, y le encuentras sentido con la ***Pasión*** adecuada, superarás la adversidad de la circulación y crecerás.

El primer elemento para enfocarse y aplicar la ***Pasión*** en la vida es confrontar; primero confrontarse a uno mismo y, de igual forma, confrontar a otros si sus acciones o actitudes no benefician nuestro entorno. La magia de la ***Pasión*** radica en ti. Todos los seres humanos tenemos el regalo de este combustible mágico de la ***Pasión***. Muchas veces, las personas con capacidades diferentes nos dan grandes lecciones del manejo de la ***Pasión*** cuando minimizan sus limitaciones físicas. Despiertan a la ***Pasión*** y nos sorprenden a quienes tenemos mayores "ventajas" y funcionamos normalmente. Haber crecido sin deficiencias físicas, económicas o emocionales, de pronto nos hace perder el enfoque y la ***Pasión*** por hacer bien las cosas importantes de nuestras vidas.

Hemos vivido durante años con la creencia de que el dinero no es bueno, que la gente buena no debe pensar en el dinero, y quienes tienen mucho han actuado mal. No creo que sea así, a mí me gusta vivir con lujos y comodidades adquiridas con dinero, la clave está en ubicarlo en el lugar adecuado. El dinero es una herramienta de ***Intercambio***; si me enfoco en él como un elemento primordial, mi energía inagotable se iría a un lugar donde no florecería, sería una semilla en un desierto sin posibilidades de

crecimiento y desarrollo.

Por eso debes saber quién eres, qué tienes y multiplicarlo; la ***Pasión*** te da esa fuerza esencial para realizar milagros y te permite ser capaz de hacer cosas inimaginables; es una habilidad, no un regalo de los dioses. La ***Pasión*** es un elemento natural del ser humano, pero es preciso desarrollarla para vivirla y experimentar situaciones maravillosas.

Cuando el mundo piensa que estás loco,
alégrate, es el principio de la autonomía.
Empiezas a ser independiente en tu vida.
Eres Causa, no Efecto.

En este momento, con la siguiente pregunta puedes medir cuánto has desarrollado tu habilidad de la ***Pasión***: ¿con qué ***Pasión*** estás leyendo este libro? Tu respuesta es un reflejo de tu vida, y tu ***Susurro*** a lo mejor te dice: *No me vas a manipular,* y posiblemente compres esa creencia que conviene a tu ego; sin embargo, al final te darás cuenta contigo mismo de qué tan fuerte o débil eres aplicando tu ***Pasión*** por crecer y saber más en tu vida.

Es importante decirte que la ***Pasión*** no es un estado que alcances, y no lo pierdes jamás. He conocido a muchas personas que, con planes maravillosos, han perdido las ganas de seguir su camino y dejan desperdigados grandes proyectos sin concluir a lo largo de sus veredas. En ese caso, su espíritu no ha sido lo suficientemente fuerte y sencillamente pierden la ***Pasión***. Es cuando un sentimiento negativo atrapa tu esencia y, como un gran agujero negro, chupa toda tu energía. Con ***Pasión***, lo imposible es temporal, porque en el ser humano la ***Pasión*** por sus ideas, pensamientos y sueños, hicieron que volara y pisara la Luna; y todos tenemos esa ***Pasión*** en nuestro interior, esperando ser liberada para lograr cosas que parecen imposibles.

Tienes que recordar que cuando estás frustrado, harto, aburrido, es porque esperabas algo que no ocurrió, y en automático perdiste la ***Pasión*** por seguir. ***¡Esto tiene que cambiar!*** Te frustras porque esperas demasiado, y si no lo consigues, se te acaba la ***Pasión*** y no le ves sentido a tus deseos. Hay quienes se apasionan más por ver la televisión que por jugar con sus hijos o contarles un cuento; tienen expectativas tan grandes, que al verse de carne y hueso la magia desaparece, llega el aburrimiento y el ***Amor*** apasionado se va.

A veces las mujeres se aburren de los hombres y los hombres de las mujeres porque ambos tienen expectativas muy altas. Una mujer genera gran esperanza sobre su príncipe azul, deposita en él toda la ***Pasión*** y energía para conseguir su ***Amor,*** pero al darse cuenta de que quien está a su lado es un ser humano normal, la expectativa fue tan alta

que la ***Pasión*** desaparece en segundos. Los hombres, por su parte, idealizan a la mujer como Cleopatra, y construyen enormes expectativas para conquistarla, pero cuando su instinto biológico se sacia, voltean a verla y descubren que no es precisamente su ideal; el choque con sus expectativas tan altas provoca que la ***Pasión*** desaparezca rápidamente. Si quieres evitar que esto suceda en tu vida, no hables de expectativas, habla de posibilidades.

SUMARIO

La ***Pasión*** es una energía inagotable. Según el diccionario es un apetito o afición vehemente por algo (o alguien).

El instinto subconsciente que mueve la energía hacia un lado u otro se llama ***Pasión*** Espiritual. La ***Pasión*** es esa fuerza que impide detenerte en tu camino, que te mantiene en constante movimiento.

La ***Pasión*** saca lo mejor de ti, y lo pone al servicio de tu vida y la de los demás.

La ***Pasión*** puede ser positiva y ayudarnos a cumplir nuestras metas, pero también negativa y hundirnos ***apasionadamente*** en vicios o situaciones peligrosas. Debes aprender a reconocerla y manejarla para tu propio beneficio y el de los demás.

Un optimista les entra con ***Pasión*** a los ***Obstáculos*** para superarlos. El pesimista solo los ve como problemas.

Confrontarte es el primer paso para enfocarte y aplicar adecuadamente la ***Pasión*** en tu vida, con excelentes ***Resultados.***

La ***Pasión*** es una habilidad que se desarrolla día a día, no un regalo de los dioses.

Ejercicios de cambio de vida

1. ¿A qué estás jugando en la vida?

2. ¿Con qué ***Pasión*** juegas?

3. ¿Cuál es la ***Intención*** de tu juego?

4. ¿Esa ***Intención*** concuerda con tu ***Misión***?

5. ¿Quiénes son tus compañeros?

6. ¿Tus compañeros y tú juegan con la misma ***Pasión***?

7. ¿Cuál es tu campo de juego?

8. ¿Cuál es tu marcador (metas)?

9. ¿Quiénes son tus oponentes?

10. ¿Cuándo termina tu juego?

11. ¿En este juego hay revancha?

SUPERANDO RETOS

Y la historia continúa…

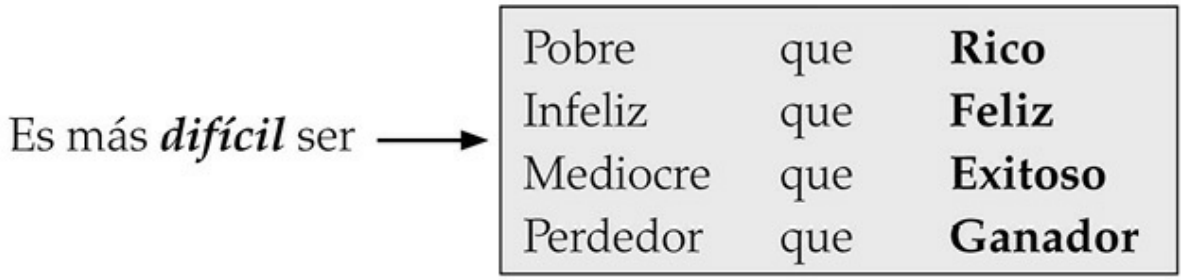
Lo primero que debíamos hacer al llegar a Puebla era conseguir efectivo para poder desplazarnos y cubrir nuestras necesidades imperantes (comer, dormir). Ingenuamente, vi a un policía en una esquina y me acerqué a pedirle dinero. Como respuesta, el oficial me miró con el ceño fruncido y con ganas de agarrarme a macanazos por mi audacia. Por supuesto, ni caso me hizo. ¿Y ahora? ¿Y todos los libros que había leído para qué me habían servido? Pues nos fuimos a pedir dinero por las calles. Nada. Buenas intenciones, pero nada en concreto. Apenas unas cuantas monedas (30 o 35 pesos).

Recurrimos a la caridad. ¡La iglesia, claro! ¡Los dispensarios! Habían pasado algunas horas, y las necesidades de comer e ir al baño se volvían apremiantes. Las personas encargadas de esos espacios nos recibieron muy bien, pero nos dijeron que no tenían lugar para nosotros. En la iglesia era imposible quedarnos a dormir, y en los dispensarios debíamos llegar con muchas horas de anticipación para conseguir un sitio y, para ese entonces, había una larga lista de personas que nos antecedían. Por otro lado, el ambiente era deprimente, y no hablo de discriminación, cualquier

persona merece respeto. Pero sí hablo de estadios de vida. Para estar ahí se necesita hacer lo mismo siempre. Y para ser diferente, tienes que hacer cosas diferentes. Ese no era nuestro mundo.

Cuando me vi en esta situación analicé mis opciones y descubrí lo siguiente:

Todo comienza en uno y se divide



¿Y sabes por qué es más difícil? ¡Porque se requiere de mayor energía mental! Y todo es porque inviertes más energía en estar todo el día diciendo *qué pobre soy, o qué infeliz soy*… ¿Te das cuenta? ***¡Esto tiene que cambiar!***

Por principio de cuentas, debes enfocarte en tu comportamiento antes que en el de los demás. Para saber quién eres, formúlate estas cuatro preguntas:

1. ¿Qué veo?
2. ¿Qué escucho?
3. ¿Qué leo?
4. ¿Con quién me relaciono?

Es importante destacar que donde hay un problema, las personas pueden ver las circunstancias de maneras diferentes: como una tragedia o como una oportunidad. La gente exitosa siempre ve oportunidades de aprendizaje, experiencia y crecimiento.

Quiero establecer las tres condiciones básicas de todo ser humano. Cuando nacemos simplemente *somos*, sin más atributos que el ser mismo. Cuando empezamos a crecer, mostramos nuestras habilidades a través de diversas acciones, comenzamos a *hacer*. Conforme vamos entendiendo la propiedad privada, descubrimos qué es nuestro y qué de los demás, y empezamos a *tener*. Estas son las leyes que hemos creado los seres humanos y se han convertido en la ley de la vida.

Sin embargo, la mayoría de las personas viven en un patrón al revés:

TENER

HACER

SER

Cuando los campeones y exitosos lo hacen de la manera natural, o sea:

SER

HACER

TENER

En el *Ser* está la grandeza, aunque de manera aberrada en nuestra cultura se nos inculca primero el *Tener* y el *Hacer*. Al efectuarlo de esta manera, ponemos atención en el ***Resultado*** y no en la esencia misma de nosotros. Pongamos un ejemplo simple: si una persona está empeñada en *tener* una casa, solo piensa de qué manera adquirirla, sin darse cuenta de que el problema no es poseer la casa, sino encontrar las habilidades para *hacer* dinero y obtenerla. Pero antes de conseguir esas habilidades, esa persona tiene que *ser* un ser productivo, lleno de habilidades, de ***Pasión*** y conocimientos. ¿Notas la diferencia? Hagámoslo al revés. Esa misma persona desea *ser* un ser competitivo, hábil, lleno de conocimientos y se enfoca en ello. Cuando echa a andar la maquinaria, se vuelve una persona que *hace* grandes cosas debido a sus amplias habilidades, lo que le reditúa en mayores ingresos y bienes (esto como resultado de su trabajo, no al revés), entonces, un buen día ve que con sus ahorros está en posibilidad de *tener* una hermosa casa. Este es el mecanismo natural que utilizan las personas que han descubierto la fórmula de la vida.

Ahora bien, es posible desarrollar mayor inteligencia cuando se está bajo presión, siempre y cuando la persona tenga el ***Contexto*** adecuado. Si creas un ***Contexto*** fuerte, rebotas dentro de él para crecer tú y tu ***Contexto***. Y al crecer tu ***Contexto,*** este mismo requiere de otro contenedor más grande y fuerte. De esta manera, lo que antes era ***Contexto***, llega a ser ***Contenido*** de un nuevo macro ***Contexto.***

Mientras a más personas sirves,
más exitoso te vuelves.
—Buckminster Fuller

Las personas que están en el Tener-Hacer-Ser son como aquellas que se asemejan a las hierbas que salen a la orilla del camino: crecen rápido de manera desordenada, y como no echan muchas raíces su crecimiento no es muy alto, no son útiles y su aspecto es poco agradable, su tiempo de vida es corto porque el jardinero las elimina. Sin embargo, existe otra planta que para crecer, primero tiene que *ser*. Hablo del bambú que, después de sembrarlo aunque le pongas mucha agua, tarda mucho en brotar porque primero está *siendo*. Luego de cinco años, ya tiene la fuerza suficiente para manifestarse, y en 6 meses alcanza hasta 3, 4 o 5 metros de altura.

En todo esto me enfoqué cuando, en mi aventura, vi que las condiciones para conseguir mis propósitos no iban a ser nada fáciles. Entonces engrandecí mi ***Contexto*** y comencé por el principio… comencé a *Ser*.

La gente actúa por motivación; es decir, siempre hay algo que queremos obtener cuando hacemos determinadas acciones; hemos visto que los principales motivadores son:

1. Su Vida Espiritual
2. Su Autoestima
3. Su Familia
4. Hacer que otros se sientan orgullosos
5. La fama o el reconocimiento

Y al actuar sobre cualquiera de estos motivadores, lo principal es tener responsabilidad con ellos. La responsabilidad se basa en cinco características principales. La primera, evita *negar* que tienes una responsabilidad; segunda, tendrás que trabajar para *no justificarte;* es decir, para no utilizar excusas en cualquier acción realizada o una decisión previamente tomada. La tercera es *no culpar* a otros de lo que decidiste hacer; la cuarta es *no hacerte la víctima*, es muy común escuchar: *Pobrecito de mí, siempre me pasa todo a mí, nadie me entiende, soy el único ser incomprendido en este universo*. Si pones atención a las cuatro anteriores, llegarás a la quinta característica, que es no *renunciar* a tus responsabilidades. Por eso existe el temor a confrontarse y tomar responsabilidad de las acciones, decisiones y, en general, de la vida.

En este sentido, hay que tener la habilidad de confrontar los problemas y sentirnos confortables con ello. Debemos hacerles frente a los problemas, pero en el momento y el

movimiento adecuados, pues de otra manera lo único que se genera es *presión* sin razón.

Por eso, al pensar en la solución de pedir ayuda a la iglesia, si hubiéramos aceptado quedarnos ahí y pasar a través de todo el trámite de espera, y luego la estancia en un lugar donde la gente no está dispuesta más que a recibir, yo hubiera puesto presión en toda nuestra empresa de alcanzar una meta de la manera más inadecuada.

Cuando siento fuerte presión, recuerdo que todo es un gran juego. *How Big Is Your Game*? ,[13] es la pregunta que mi amigo Blair Singer me hace cada vez que no sé dónde estoy, cada vez que las cosas no son claras para mí y me siento un poco pequeño. Esa pregunta me ha motivado a hacer cosas más grandes y a elevar mi energía inmediatamente. La vida es un juego; para jugarlo, ríete, sé alegre y triunfa. Pase lo que pase, sé creativo e implementa nuevas aventuras sobre otras que estés viviendo. No te detengas a lamentarte mucho tiempo en el camino. De una caída levántate y muévete; porque la energía positiva siempre te hará salir adelante, aun en medio de las peores adversidades. Borra de tu corazón los errores y mantén fresco lo que aprendiste, todo lo que eres y sabes está en ti, y nada te hará desfallecer. Tu voluntad siempre será tuya, pase lo que pase, y es la única reliquia que podrás presentar en el legado de tu trascendencia. ***Sé humilde***.

SUMARIO

Para ***Superar los retos***, antes que nada, debes identificar quién eres y qué quieres. Primero está el Ser, luego el Hacer y al final el Tener.

Bajo presión puedes engrandecer tu ***Contexto***, pero en el momento y movimiento adecuados para que esta presión trabaje para ti, y no tú para ella.

La responsabilidad es la clave para ***Superar los retos,*** pero debe seguir estos lineamientos: no justificarse, no culpar a otros de lo que tú eres responsable y no hacerte la víctima.

Mientras sirvas a más personas, más exitoso te vuelves. La misma línea del servir es la del recibir. Si no haces amplio el camino del servir, el camino del recibir será pequeño.

La verdadera responsabilidad es aquella que no culpa a terceros, no se justifica, no se hace la víctima, no cae en negación y no renuncia a su objetivo.

Ejercicios de cambio de vida

Toma un cuaderno nuevo, anota en la primera hoja este ejercicio, y repítelo todos los días. Después de dos meses descubrirás cosas espectaculares que suceden en tu vida.

Ejercicio A *(para hacer en las mañanas)*

1. ¿Qué es lo que más deseas hoy en tu vida?

2. ¿Qué estás dispuesto a dar hoy a cambio de tu éxito?

3. ¿Qué puedes hacer hoy para que esto se realice?

4. ¿Cómo puedes hacer para agregar hoy más valor a tu vida?

5. ¿Cuáles son cinco cosas por las que hoy estés agradecido y valoras?

6. ¿Cuáles son dos cosas del pasado que debes concluir hoy?

7. ¿Qué tan feliz eres en este momento?

Parte 2 del ejercicio A *(para hacer por las noches al terminar tu día)*

8. ¿Qué tan bien lo hiciste hoy al tratar de alcanzar tus deseos?

9. ¿Hoy de qué te sientes orgulloso?

10. Escribe lo que te hizo feliz el día de hoy:

Ejercicio B

1. Imagina algo sencillo que desees realizar.

2. Ahora, visualízate como una persona competitiva que puede hacerlo.

3. Escribe las acciones que vas a realizar para lograrlo:

4. Pon tu ***Intención*** en ello y sé responsable; recuerda no negar, no justificar, no culpar a terceros, no hacerte la víctima y no renunciar, por difícil que parezca.

5. Cuando lo hayas terminado y conseguido, escribe tu historia de éxito. Este ejercicio debe toda su efectividad al pasar del mundo inmaterial de las ideas, cuando lo concibes (nivel metafísico), al mundo material, cuando lo escribes.

NOTAS:

13 Traducción: ¿*Qué tan grande es tu juego*?

AQUÍ Y AHORA

Y la historia continúa…

Entonces debíamos trabajar, buscar una forma de *Intercambio.* Mi hermano y yo, llenos de habilidades, con talentos como seguramente todos ustedes, debíamos tomar la decisión de en qué los emplearíamos. Siempre hay una manera de hacerlo bien o mal. Podíamos decidir robar, pero no estaba en nuestro código de ética. El problema era que donde nos hallábamos, no existíamos; nadie nos conocía, no podíamos decirles lo aptos que éramos para cualquier trabajo, no había manera de demostrarlo. En ese momento, los ánimos entre mi hermano y yo estaban subiendo. Comenzamos a enojarnos uno con el otro. Yo estaba molesto, mi hermano empezó a agredirme. Pero en mi mente una voz seguía diciéndome: *Tengo que llegar a Cancún, tengo que llegar a Cancún*. Decidimos relajarnos dando una vuelta por el centro de la ciudad.

Cuando estuvimos más tranquilos, mi hermano dijo la clave necesaria para continuar: *Si queremos llegar, debemos ponernos en la circunstancia adecuada*. ¡Exacto, eso era lo que debíamos hacer! Colocar nuestro espíritu en el quién, en el dónde, en el cuándo. Y en el momento de hacerle caso a mi hermano, sucedió algo muy importante en mi persona: me quité el ego. Comencé a escuchar. Mi hermano dijo: *¡Debemos buscar el camión que nos lleve a nuestro destino!* ¡Claro, el camión! Yo había pensado la ruta más larga. En mi concepto debíamos irnos a la carretera, esperar a

alguien que quisiera llevarnos a un punto, luego a otro. ¡No! La idea debe concretarse de manera directa, y la ruta más corta era la estación de autobuses.

Cuando uno está muy preocupado por lograr un objetivo, se pierde en el espacio. Viaja del pasado al futuro en un instante. Busca soluciones en su mente, en sus recuerdos, y sueña con haber realizado sus propósitos (se va al futuro), pero jamás se ubica en tiempo presente: ***Aquí y Ahora***. Y esta es la única manera de llegar a una verdadera solución.

Hay una frase que me gusta mucho porque me motiva a seguir a diario con mis metas y objetivos: *No hay nada de ayer que no puedas hacer mejor hoy*. Es maravilloso recordarla, pues nos dice que todos los días debemos mejorar; aunque hagamos las mismas cosas que el día anterior, las haremos mejor.

Estar *Aquí y Ahora* te da un poder inimaginable.

Una forma sencilla de volver al tiempo presente es la observación. Cuando de pronto nos encontramos abstraídos en pensamientos del pasado, y por más que tratamos no logramos concentrarnos en las situaciones actuales, hay que empezar por ver todo a nuestro derredor. Eso nos facilitará ubicarnos en un concepto espacio-temporal, y nos volverá al tiempo presente. Si además estamos frente a alguien que ya está molesto porque no le estamos haciendo caso por estar pensando que dejamos la plancha encendida o porque mañana tenemos que entregar un trabajo, lo que tenemos que hacer es mirarle a los ojos, en silencio, volver a verlo, percibir su presencia frente a nosotros, percibirnos nosotros frente a él, y ten la seguridad de que volverás al presente-presente.

Cuando regresamos del trabajo y llegamos a casa cansados de tantos problemas que tuvimos que resolver, siempre decimos: *¡Ah, qué bueno estar aquí…!* Pero en ese mismo instante comenzamos a platicar o recordar el pleito con González, la junta donde no supimos cómo expresar la genial idea que teníamos, o cuando la secretaria del director nos negó la entrada a verlo, o… Entonces sucede que, en realidad, aún no hemos llegado a casa, estamos en un espacio que podría llamarse presente-pasado, en un limbo que no nos lleva a nada. No podemos resolver los problemas pasados porque ya no estamos allá, ni tampoco nos ayuda a relajarnos porque tampoco nos encontramos en casa. Y si para colmo, después de que recapitulamos todos los conflictos del día, nos da por pensar cómo va a estar el día de mañana, de qué modo podremos sortear a la secretaria y finalmente entrar a ver al jefe, o cómo solucionaremos el problema con González, la cosa se pone peor porque gastaremos un tiempo que es oro, en cosas que ni siquiera han sucedido. Ahora permanecemos como en presente-futuro. Y de nuevo, perdemos la grandiosa posibilidad de descansar, de disfrutar a la familia, de dormir placenteramente

para recuperar fuerzas, y ver las cosas en su exacta medida. ¿Te das cuenta cómo ***todo esto tiene que cambiar***?

No solo es la magia del *Aquí y Ahora,* sino la amplitud infinita a la que te lleva estar Presente.

Lo que hacemos al ubicarnos en tiempo presente, es estar ***Aquí y Ahora***; es no permitir ruidos indeseables en nuestro momento. Por supuesto que los problemas deben resolverse, pero estando en tiempo presente los verás con mayor claridad que si te transportas al pasado. Si entonces no lo resolviste, volviendo allá menos. Si, al contrario, estás ***Aquí y Ahora,*** y decides analizar lo que sucedió, verás la diferencia en cuanto a enfoques y notarás las fallas que tuviste o tuvieron otros, y al día siguiente con la cabeza despejada y el ánimo arriba, seguramente despertarás con la respuesta más adecuada. No me refiero a que no analices tu pasado ni aprendas de él, ni tampoco a que no planees tu futuro. La idea es estar en presente enfocándote hacia el futuro, pero no viviendo en el futuro. Y también estar en el presente observando tu pasado para no cometer los mismos errores.

Una de las formas más comunes de salirte del presente es cuando te enojas. Quedas anclado en el pasado, y tu mente se convierte en una rueda como la que ponen a los hámsteres en sus jaulas, esas que no llevan a nada. Es como estar rumiando instante tras instante ese suceso que te hizo enojar.

Así era como me encontraba yo en ese momento de nuestra aventura. Las cosas no salían bien, mi hermano tenía hambre, igual me pasaba a mí. Además, sentía que era mi absoluta responsabilidad porque finalmente fue mi idea, y lo había arrastrado conmigo. De modo que yo tenía que resolverlo, pero *¿cómo, si ya tenía hambre, si tenía necesidades fisiológicas apremiantes, si nadie nos conocía, si no llevábamos nada de dinero?* Y mientras yo rumiaba y rumiaba todos estos problemas, gracias al ***Susurro*** de mi vocecita, mi hermano, en una demostración de sabiduría, simplemente se puso en tiempo presente, observó el entorno y dedujo la solución. Arrasó con mi ego de manera brutal. ¿De modo que no era yo el responsable de todo? Pues no, yo era solo un hombre viviendo en presente-pasado, haciéndole caso totalmente a mi ***Susurro***.

Para terminar este capítulo te voy a confesar algo. Una forma como logro estar en el presente es enfocarme en mi respiración, y hacer de cuatro a cinco respiraciones por minuto. Esta técnica de ponerte en tiempo presente es una aportación milenaria de nuestros hermanos de Oriente. Los hindúes la llevan a cabo a través de la meditación. Meditar es ponerse en tiempo presente; meditar es acallar tu mente de todo lo que la atormenta, y llegar a un silencio placentero, a volverte una unidad con el cosmos. Practicar yoga es una muy buena manera de estar ***Aquí y Ahora***.

No traigas el pasado al presente, ¡sé feliz!
—Liz Cabral Palacios

SUMARIO

Los problemas solo se resuelven estando ***Aquí y Ahora.*** Estar ***Aquí y Ahora*** es permanecer en tiempo presente.

El momento más poderoso del ser humano es cuando está presente, **Aquí y Ahora.**

Para mantenerse en tiempo presente debes observar tu entorno. Si estás con otra persona te puedes colocar ***Aquí y Ahora*** viéndola a los ojos en completo silencio.

Enojarte te saca de tiempo presente, y te mete en un círculo vicioso.
Meditar ayuda a ubicarte en tiempo presente.

Ejercicios de cambio de vida

Ejercicio A

1. Busca una pareja y siéntense frente a frente con el cuerpo relajado, sin cruzar brazos ni piernas.

2. Mírala a los ojos durante dos minutos en completo silencio, sin distraerte. Puedes parpadear normalmente, no es competencia. El secreto es no pensar en nada.

3. Respira profundamente cuando sientas que vas a distraerte con pensamientos o sonidos presentes que te provoquen atenderlos. Simplemente ignóralos, no los rechaces, porque lo que resistes, persiste.

4. Al término del ejercicio, comenta con tu compañero qué sensaciones y emociones

tuviste al hacerlo, y dale las gracias.

Ejercicio B *(para los equipos)* [14]

Los integrantes del equipo deben contestar la siguiente pregunta. Cuando uno hable, los demás deberán estar en silencio, y no podrán argumentar nada en contra de lo que su compañero dice. Al final, los demás simplemente dirán: ***Gracias***; y pasarán al siguiente compañero. La pregunta es:

¿Qué es lo que sientes que quieres decir?

NOTAS:

14 Este ejercicio lo utiliza Blair Singer en su libro *La vocecita*, y es una adaptación de otro ejercicio de Marshal Thurber.

INTENCIÓN

Y la historia continúa…

Pero de nuevo entró la duda en mi mente. Sí, irnos a la estación de autobuses, ¿y con qué dinero compraríamos los boletos? ¿Estamos locos o qué? Una vez más el *Susurro* hizo su trabajo, sin considerar que cuando uno tiene definido su rumbo, no hay poder humano que te impida lograrlo; eso es lo que llamo en este libro *Intención*. ¿Cuántas veces soñamos con llegar a cierta meta y enseguida nos enfrentamos con nosotros mismos diciendo que no vamos a llegar? Pero cuando uno cree en su meta, el *Contexto* crece y nada es imposible.

Rondaban las cinco de la tarde, empezaba a ponerse gris el cielo, las primeras gotas de un inminente aguacero comenzaron a caernos. La terminal de autobuses se hallaba lejos, caminando llegaríamos en mucho tiempo. De nuevo el espíritu de mi hermano habló directamente:

—Tomemos un autobús.

—¡Pero cómo vamos a pagarlo!

—¡No lo sé, subamos y ya! La gente te ayuda cuando eres sincero.

¡Sinceridad! Un elemento nuevo en nuestro reto. Autenticidad. Así fue como abordamos a la gente, y notaron nuestra congruencia. El primer chofer al que acudimos, nos dijo que nos llevaba gratis y, para enmarcar la magia, justamente llegaba a la terminal. Mi hermano y yo nos vimos sin

poder creer lo que estaba pasando. *¡Vamos a lograrlo, nada nos parará!* , nos dijimos sin palabras. La vida nos dio una hermosa lección. Nuestro *Contexto* se volvió a agrandar.

Todo lo que pasó durante esa aventura estuvo lleno de intenciones. ¿Cómo podría construir este proyecto y cómo utilizar toda esa ***Intención*** para crecer? Pues solo dándome cuenta de hacia dónde tenía que moverme. En el mundo empresarial, cuando se intenta un nuevo proyecto, uno debe tener ***Intención*** para que se active la ***Pasión***, pues la ***Intención*** es la carretera que permite que la ***Pasión*** se mueva. La ***Intención*** nos puso a mi hermano a mí y en el punto donde no debíamos juzgar ni criticar la acción de subirnos al camión. Todo empezó a fluir, y las cosas pasaron y pasaron.

La ***Intención*** es la dirección del poder, y cuando es limpia, todo fluye. ¿Cuál es la ***Intención*** de tu vida? Eso tienes que preguntártelo en todos los ámbitos de tus relaciones. Si quieres entender tu ***Intención*** debes saber qué la detiene, y qué estado de ánimo te genera eso. En el ambiente empresarial puedes tener clara la ***Intención*** cuando sabes manejar las líneas de comunicación.

Nunca somos ignorantes de la ***Intención*** que ponemos en cada cosa, y si somos honestos al analizarnos, aprenderemos a manejarla con sabiduría. La ***Intención***, dice Wayne W. Dyer, es el firme propósito de alcanzar el ***Resultado*** deseado. La fuerza de voluntad es lo que impide que algo se interponga en el objetivo deseado.

La ***Intención*** implica disciplina, conocimiento, ***Amor*** y entrega. Aprender nuevas tareas, eso es la disciplina. El conocimiento es la sabiduría, que combinados te dan potencia para llevar a cabo tus intenciones. El ***Amor*** es lo que pones en la ***Maestría*** que ejerces para lograr tus intenciones con toda la entrega de tu ser. Cuando te entregas, te iluminas.

La ***Intención*** es donde depositas tu ***Maestría***, tu ***Amor***, tu ***Pasión***, tu ***Intercambio*** en el mismo canal, enfocado en el mismo objetivo, y que hace que produzca un ***Resultado*** en otra cosa, ya sea algo físico, mental, espiritual o incluso en una energía. La ***Intención*** que tienes en el corazón transforma a los demás.

Si en cada respiración pones una ***Intención*** y te enfocas a tus metas, tu espíritu hace que surja la magia. Las personas recuperan sus propias partículas; eso es ***Intención***, o partículas de fuerza vital, según Alan C. Walter. La ***Intención*** es como una manguera que conectas, y con esta puede fluir la energía. Vas por la vida conectando mangueras con más mangueras. La ***Intención,*** por lo tanto, también ayuda a crear ***Contexto.***

La otra cara de la ***Intención*** es la bondad. La ***Intención*** es la raya que une a la ***Pasión*** con el ***Intercambio***, al ***Intercambio*** con la ***Maestría***, y todos juntos con el ***Amor.*** Si tengo una ***Misión*** clara y un propósito, de esa manera adquiero la decisión de alcanzar algo. La ***Intención*** mueve las cosas en el mundo físico. ***Intención*** es determinación de la voluntad en orden hacia un fin, según el Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española.

Para Alan Walter es la determinación de actuar en forma particular. Tienes un propósito, tienes una tarea, tienes una meta, tienes un sueño. La ***Intención*** enfoca la fuerza, es la manguera de la que hablamos antes. La ***Intención*** se genera con dos

principios fundamentales: no debes juzgar, ni criticar; al no hacerlo, abres el camino para obtener un buen ***Resultado***; por el contrario, si lo haces, automáticamente cierras el espacio donde la ***Intención*** debería fluir.

Primero tienes que definir de qué identidad estás haciendo uso. No puedes llegar con la identidad equivocada al lugar inadecuado. Si tengo en este momento la identidad de padre y quiero hacer el ***Amor*** con mi esposa, no funciona porque eso suena a incesto. Tampoco puedes tener identidad de hijo cuando estás frente a tus hijos, porque debes ejercer tu identidad de padre. De tal modo que depende de tu identidad la ***Intención*** que debas conseguir. Cuando juzgo y critico se bloquea la ***Intención***. Identidad correcta, ***Intención*** adecuada. Uno debe jugar con la gorra adecuada. Si vas a practicar tenis, no puedes llevar un casco de jugador de futbol americano. Tu palabra atrae la atención, y esta se controla con ***Intención***.

SUMARIO

La **Intención** es la dirección del poder.

La ***Intención*** es el firme propósito de alcanzar el ***Resultado*** deseado.

En el ambiente empresarial puedes tener clara la ***Intención*** cuando sabes manejar las líneas de comunicación.

La ***Intención*** implica disciplina, conocimiento, ***Amor*** y entrega; la ***Intención*** que tienes en el corazón transforma a los demás.

La ***Intención*** es como una manguera que conectas y con ella puede fluir la energía.

La ***Intención*** se genera con dos principios fundamentales: no debes juzgar, ni criticar.

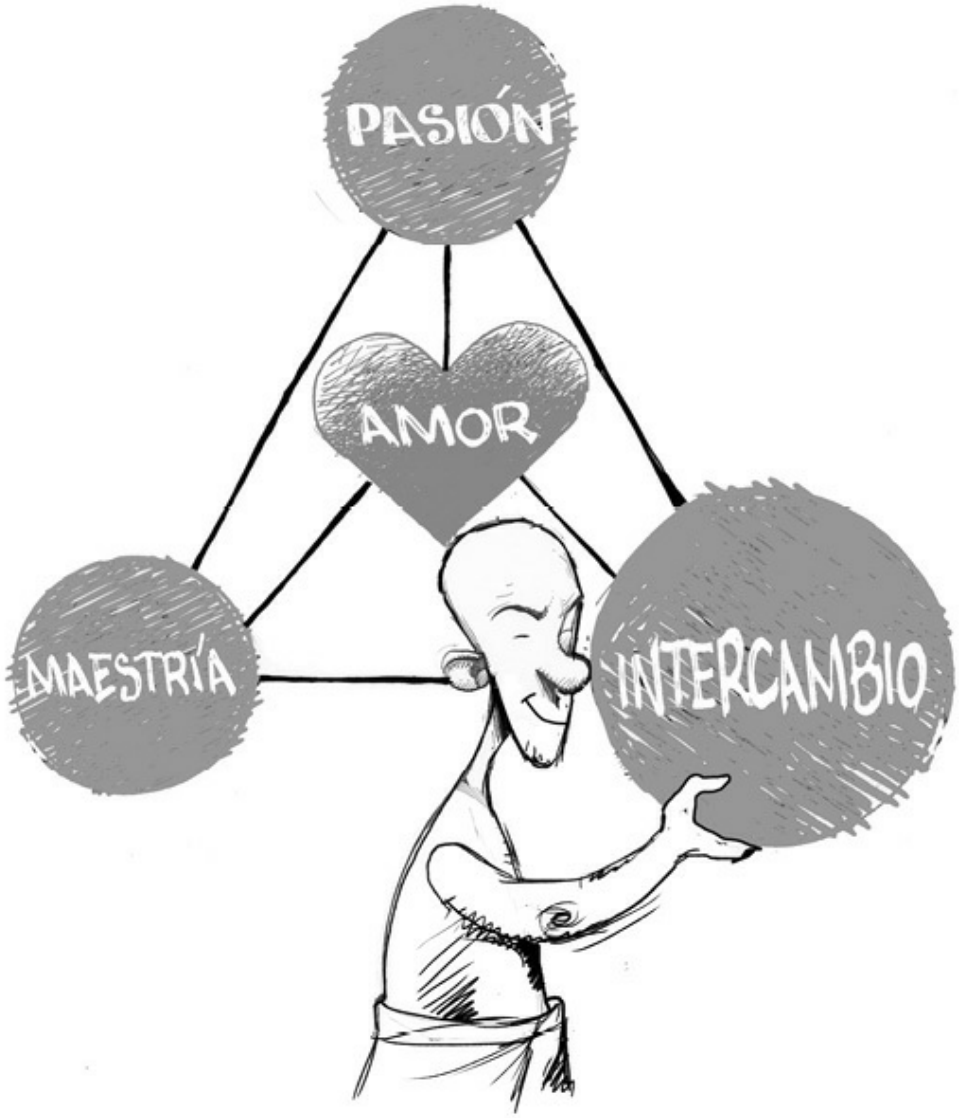
Ejercicios de cambio de vida

Ejercicio A

1. Todos los días en la mañana trata de identificar cuál es la ***Intención*** que te va a ayudar a conseguir algo.

2. Respira profundamente, y piensa en esa ***Intención***, repítela mentalmente cada vez que respiras. De esa manera la anclas a tu espíritu por unas 10 veces.

3. Exhala con fuerza, y en el trayecto piensa firmemente en que tu ***Intención*** se va a realizar.



INTERCAMBIO

Y la historia continúa…
Llegamos a la estación. Nos enfrentaríamos ahora al problema de conseguir dinero para comprar los boletos. ¿Realmente el problema era el dinero? La respuesta a esta pregunta es NO. Una vez más aprenderíamos otra lección. En la actualidad, vivimos acostumbrados a pensar que el único valor para adquirir satisfactores es el dinero, pero existe otro con mayor valor aun: se llama *Intercambio*, y casi nunca lo tomamos en cuenta; *yo te doy algo, tú me das algo*, eso quiere decir esta palabra. Tú das algo, el universo te lo compensa. Entonces debemos aprender a *pedir.* Y así fue como conseguimos los boletos. Por supuesto, empezamos dirigiéndonos a la taquilla para pedir que nos los regalaran. La señorita que atendía nos miró, y estalló en carcajadas. Sin embargo, a su lado estaba otra chica que lloraba profundamente; dirigí mi atención hacia ella olvidando mi meta principal. Gracias a que ya había leído varios libros, me apresté a ayudarla. Ella notó la *sinceridad* en mi ofrecimiento, y me confió su pena. Después de un buen rato de haberla escuchado, la asistí con algunas técnicas de mejoramiento que había aprendido, y cambió su estado de ánimo hasta sentirse

confortada. En ese momento me dijo, casi me exigió, que le explicara cómo podía ella compensarnos. Al contarle de nuestra *Misión*, y que no teníamos los 1 900 pesos que costaban los boletos a Cancún, ella nos dio la solución:

—Hay una manera; siempre, en todas las corridas, hay dos boletos que se designan para una obra social. Tienes que pedírselos al gerente.

Teníamos un nuevo reto enfrente. Buscarlo, y brincar las trabas para llegar a él. Ella nos alertó de varios inconvenientes:

—Hay un policía muy gruñón en la entrada a las oficinas, si logras convencerlo, podrás pasar a la gerencia. Ahí encontrarás a una secretaria que difícilmente te dejará ver al gerente. Vas a requerir de toda tu astucia para persuadirla; luego, cuando logres librar esos *Obstáculos*, aún te faltará el principal: necesitarás muy buenos argumentos para conseguir que el gerente acepte entregarte esos boletos.

Cuando los nómadas —que eran magníficos cazadores—decidieron asentarse y formar clanes, aprendieron el arte de la agricultura que los obligó a permanecer enraizados a sus tierras; con ello, y la cacería, nuestros antecesores aprendieron la que sería su forma de supervivencia. Dado que no todos eran cazadores, ni todos agricultores, convinieron en cambiar carne por verduras y legumbres, o viceversa. De esa forma, su alimentación sería más variada y sus productos no llegarían a descomponerse con el tiempo. En esos momentos nació el ***Intercambio***.

El trueque, nombre que se le dio a este fenómeno, no es más que el ***Intercambio*** de objetos o servicios por otros objetos u otros servicios, y se diferencia de la compraventa habitual en que dentro del trueque no interviene para nada la moneda. Bueno, en aquellos tiempos la moneda no existía ni en la imaginación más vanguardista de algún miembro del clan.

La definición que más me gusta de ***Intercambio*** pertenece al *Conocientismo,** y es la siguiente: *dar y recibir de manera recíproca;* ***Intercambio*** *de ideas o servicios, ya sea de algo similar o de igual valor.*

El hecho es que esta forma de obtener satisfactores está vigente y puede llegar a ser, en un momento dado, la única manera de conseguirlos. Ahora que ya no somos cazadores ni estamos en las condiciones del hombre primitivo, contamos con más herramientas de ***Intercambio*** para obtener lo que requerimos. En la actualidad es posible ***Intercambiar*** desde servicios hasta objetos, y eso era precisamente lo que mi hermano y yo íbamos a aprender en esta etapa de nuestro viaje: el valor del ***Intercambio.***

Para ese entonces, aparte de mis estudios profesionales, contaba con un acervo interesante de información a la que tuve acceso mediante múltiples libros y entrenamientos con grandes filósofos modernos; por eso, cuando estuve frente a la empleada de taquilla de los autobuses, no tuve ningún problema en acercarme a ella y ayudarle en una aflicción que la tenía consternada. Como ustedes leyeron, al auxiliarla, ella de inmediato ofreció un ***Intercambio***. ¿Por qué lo hizo? Es algo natural en el ser humano sano: si recibes algo, quieres retribuirlo con algo a cambio, y eso se llama ***Intercambio***. La chica quería dejar que el universo volviera a un equilibrio otorgándonos la satisfacción de tener algo de igual o mayor valor a lo que yo le di. Así que cuando sabes que lo que otorgas es valioso para ti o para tu empresa, no debes tener ningún

problema en recibir a cambio algo similar. Es ley de vida, y es ley de ***Amor.***

Uno siempre intercambia en la vida, no nada más en cuestiones materiales. Desde que nacemos intercambiamos miradas con nuestra madre, que es nuestro primer universo. Más tarde lo hacemos con nuestro padre, nuestros hermanos, nuestros abuelos. Después intercambiamos gestos de cariño más elaborados como los besos y los abrazos, y cuando formamos nuestro propio universo en la escuela, con la novia o el novio, con amigos, con profesores, también intercambiamos sentimientos afectivos.

El ***Intercambio*** también puedes tenerlo con otras formas de vida; damos alimentación, ***Amor*** y alojamiento a los perros, a su vez ellos protegen nuestro hogar. O qué decir de los animales de trabajo, como los caballos y bueyes, ellos nos han ayudado durante milenios en nuestras arduas labores a cambio de una vida menos azarosa a campo abierto, y con diversos enemigos acechándolos.

Para intercambiar debemos tener un producto o servicio realmente valioso. Yo, como speaker,[15] he ***intercambiado*** mis conocimientos con miles de personas, y estoy seguro de que cada una de ellas se ha llevado grandes lecciones que aplicará en su vida para beneficio propio. A cambio, he conocido a mucha gente interesante y he recibido grandes satisfacciones con sus historias de éxito, su ***Amor***, su agradecimiento y, claro, también con su pago del curso. También he recibido desprecios, pero eso solo me ha servido para entender que este conocimiento no es para todos, y quienes tienen acceso a él es porque ha llegado su momento.

Si tú no te has esforzado por ser una persona competitiva en el ramo donde te desarrollas, el ***Intercambio*** que recibas será directamente proporcional a lo que estás dando a cambio. Entonces, una de las bases más importantes del ***Intercambio*** es: ¿qué tienes para ofrecer? Si te lo preguntas y encuentras que no has trabajado suficiente en pulir tus aptitudes, ya sabes por qué no te va tan bien en la vida. ***¡Esto tiene que cambiar!*** No te preocupes, nada está perdido, el camino sigue hacia delante. Ahora sabes lo que debes hacer: superarte y ponerte a la altura de lo que deseas para ti en la vida, y del ***Intercambio*** que esperas recibir de ella.

Todo lo anterior es un primer paso; cuando analizas correctamente, te das cuenta de que dentro del ***Intercambio*** existen cuatro divisiones que te ayudarán a entender realmente porque en algunas ocasiones generas a tu entender buenos ***Intercambios,*** pero la otra persona no se siente bien, y con ello las cosas se complican, se crean resentimientos, cuando era una negociación de ***Intercambio*** donde todo parecía estar en orden.

Déjame explicártelo mejor; existen cuatro ***Intercambios***:

1. Intercambio Ilusorio
2. Intercambio Honorable
3. Intercambio Esperanzador
4. Intercambio Criminal

El primero, Intercambio Ilusorio, es aquel que solo existe en tu mente, crees que será algo muy bueno, pero en realidad no puede realizarse por las limitaciones físicas o materiales que enfrentas. Te doy un ejemplo: tengo el Intercambio Ilusorio de pasar unas vacaciones en la Luna, y dar como intercambio a la NASA un curso de ventas; está claro que esto no es real, solo existe en mi cabeza, jugando entre ***Susurro*** y ***Susurro*** es un ***Intercambio*** que bajo ninguna circunstancia se llevará a cabo.

El segundo, Intercambio Honorable, es el más efectivo y al cual se deben muchos éxitos; es cuando doy algo y recibo algo de igual valor para ambas partes, aunque no necesariamente del mismo precio, tal vez hay dos personas o más para quienes el valor es el mismo. Un ejemplo: si le das agua para saciar su sed a una persona en medio del desierto, y ella a cambio te da un anillo de diamantes, siendo tú coleccionista de estas hermosas piedras, ambas partes quedan satisfechas con el valor recibido. La experiencia de ***Intercambio*** se transforma en algo justo, honorable. Pero hay que tener cuidado, porque de acuerdo con el ***Contexto*** de muchas personas no sería un ***Intercambio*** equitativo. Sin embargo, en la analogía que planteamos hay un claro equilibrio de valor; es como cuando los padres dan un regalo a su hijo, y reciben una sonrisa o un abrazo, o hasta el muchacho lava los platos; es otra muestra de Intercambio Honorable.

En el tercero, Intercambio Esperanzador, es cuando doy algo, y como lo dice su nombre, tengo puesta la esperanza de recibir algo de vuelta; y en caso de encontrarlo de valor, se transformará en un Intercambio Honorable, pero si no, se volverá un Intercambio Criminal. El Intercambio Esperanzador es un estado intermedio que llega a confundirse con el Ilusorio, pero la diferencia es clara, uno es posible y el otro casi siempre imposible de realizarse.

El cuarto, Intercambio Criminal, tiene que ver con mi propio desarrollo: doy mucho de Valor, pero no recibo algo de regreso. Un ejemplo esclarecedor es cuando das a tus hijos todo lo que te piden, y no recibes nada o muy poco a cambio. En todos los casos la operación resulta criminal para alguien. Otro Intercambio Criminal con el que me encuentro muy seguido es el que mucha gente hace con su cuerpo, al comer de manera irracional y no hacer ejercicio, y además esperar en ***Interecambio*** un cuerpo sano y esbelto, lo cual nunca sucede; o el Intercambio Esperanzador de empezar un día con la dieta o el ejercicio, y no cumplirlos con disciplina, conduce a un Intercambio Criminal; si por el contrario, cumples y te ordenas, lo transformas en un Intercambio Honorable.

Como te darás cuenta, estas pequeñas diferencias entre los ***Intercambios*** pueden cambiar exponenecialmente tus realciones personales, de familia, trabajo y con el mundo donde te desenvuelves.

SUMARIO

Intercambio es recibir objetos o servicios a cambio de que tú entregues objetos o servicios. No interviene la moneda.

Durante tu vida siempre ***Intercambias*** , desde que naces. Y no solamente cosas materiales.

El ***Intercambio*** también implica un ir y venir de Valor.

Hay cuatro tipos de ***Intercambio***:
1. Ilusorio
2. Honorable
3. Esperanzador
4. Criminal

Ejercicios de cambio de vida

1. Piensa en algo que puedas ***intercambiar*** de manera Honorable el día de hoy, que no implique dinero. (Hazlo o realízalo).

2. Describe cómo se sintieron tú y la otra persona al hacerlo.

3. ¿Qué del proceso te funcionó?

4. ¿Qué del proceso no te funcionó?

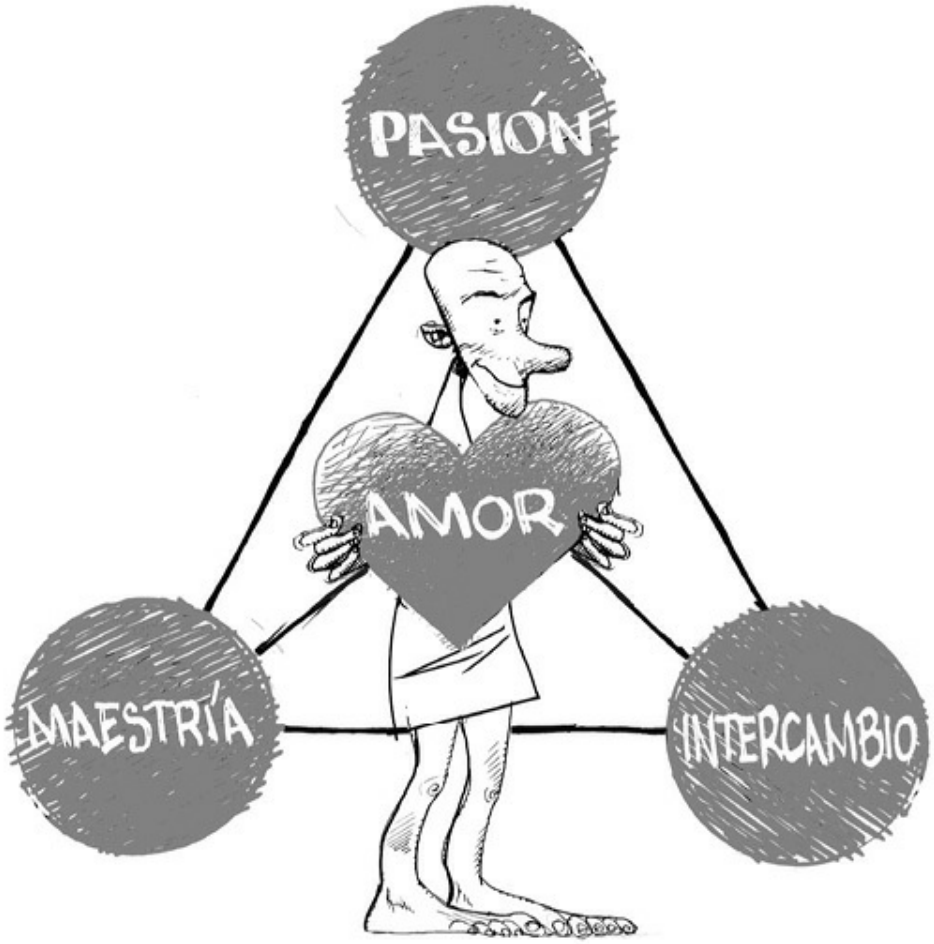
5. ¿Qué aprendiste de ti mismo?

6. ¿Qué harás para incrementar tu habilidad y mantenerte en ***Intercambio Honorable***?

NOTAS:

* Técnica para clarificar la mente, el cuerpo y el espíritu; ayuda a mejorar las relaciones y a ser más efectivo y feliz.

15 *Speaker* significa conferencista, en el más amplio sentido de la palabra. También soy entrenador, franquiciatario y llevo a cabo procesos de sanación como el único nivel 8 de todo el mundo hispanoparlante. Si quieres contactarme, mi correo es culebro@me.com



AMOR

Y la historia continúa…
La señorita había sido muy clara en el camino que debíamos seguir. Lograrlo dependía de nuestras habilidades. *Seguridad* y *Energía Alta* eran la clave. Me paré frente al poli, le llamé por su nombre de pila, y rápido respondió. Fue tanta mi energía, que de inmediato abrió la primera puerta, me registré y caminamos a la oficina. Con el mismo tono alto abordé a la secretaria, quien me pidió santo y seña para entrar a hablar con el jefe. *Necesitamos dos boletos a Cancún para mañana a primera hora.* Inmediatamente, la secretaria se paró para anunciarnos. Pero no pasamos enseguida, nos dejaron ahí esperando mucho rato, al menos así lo sentí. Algo que aprendí en ese momento fue a *controlar el tiempo*. Los segundos se nos hicieron horas.

Era difícil ponernos de acuerdo sobre lo que íbamos a decirle al jefe cuando estuviéramos frente a él. Cada paso que daba en dirección a la oficina del gerente, representaba escuchar al *Susurro* de mi vocecita diciéndome: *No lo vas a lograr, no te van a dar nada, regrésate por donde viniste*. Pero entonces entendí una frase maravillosa de Kelly Ritchie: *Tú no tienes lo que deseas, tú tienes lo que eres*. Recuerdo hasta cómo olía la silla donde me senté, estando en la oficina del jefe. No hay detalle que no hubiera yo percibido en ese lugar, mis sentidos se hallaban al máximo. Estaba en *Tiempo Presente*. El hombre, de espaldas, no nos miraba. De pronto volteó, nos observó, y dijo: *¿Qué quieren?* Hablé con el corazón, le expliqué la importancia de nuestra *Misión*, y le ofrecí un

Intercambio, el que pidiera, para obtener los boletos. El hombre se reflejó en mis ojos, y reconociendo que él había tenido sueños similares, nos entregó los dos boletos. En menos de 10 minutos tuvimos las cortesías. El universo nos regresó el *Intercambio* adquirido con la señorita que sufría. Mi *Contexto* había sido ensanchado, aprendí el servicio a los demás.

El ***Amor*** es un principio fundamental. En el capítulo anterior entendimos una base muy importante, los tipos de ***Intercambio.*** La palabra ***Amor*** para mí significa algo que quieres hacer desde adentro de tu ser. Tenemos ***Amor*** por la vida, por los animales, por tus hijos, por tus padres, por el dinero; pero esencialmente, el ***Amor*** es algo que está dentro de ti.

Después de recorrer mi hermano y yo todo el camino de nuestro proceso, entendí que cuando hago las cosas con verdadero ***Amor,*** Dios, el Karma, el Cosmos, la Energía, o en lo que creas, operan en esa línea. Resultó que compartíamos con el gerente una aventura que nos hacía empáticos, nosotros en los hechos, él en su anhelo. Realizar una ***Misión*** con ***Amor*** te vuelve invulnerable.

Llevando a cabo un resumen hasta este punto, te diré que durante el proceso tenía clara la ***Misión***, vencíamos muchos Obstáculos, estábamos entendiendo ***Contexto*** y ***Contenido***. Sabía que debía vencer el ***Miedo,*** el ***Susurro*** estaba ahí constantemente, pero mi ***Pasión*** se manifestaba en energía inagotable y con ella estaba superando de maravilla los retos a que nos enfrentábamos. Capté exactamente el concepto de estar ***Aquí y Ahora;*** entonces surgía la ***Intención*** y aplicaba con éxito el ***Intercambio Honorable***, y todo tenía como frente común el ***Amor*** por nuestra ***Misión.***

El ***Amor*** es ese lubricante que hace fluir las cosas y propicia que cada uno de nosotros vaya sacando poco a poco lo que tiene dentro de su ser. Cuando la ***Pasión*** está en el suelo, o la ***Misión*** es muy difícil, o si estoy cansado y me siento derrotado, lo único que prevalece en mi vida es el ***Amor.***

Aun cuando uno puede tener ***Amor*** por otras personas, animales o cosas, existe un elemento primordial en el tema: el ***Amor*** por ti mismo. Hay un principio que dice: *nadie puede darlo que no tiene.* Si la vida me quitara todo, lo único que le pediría sería que no me despojara de mi capacidad de amar. En mi ***Misión***, me di cuenta de que todo lo había hecho por ***Amor***; es ***Amor*** a mí mismo, es notar que puedo quererme y confiar en mí. Aunque para ello, primero debo aprender a amarme a mí. Alan Walter me preguntó un día a quién quería yo primero, ¿a Dios o a mí? En mis talleres, al hacer esta pregunta, la gente casi siempre responde en automático que a Dios. Pero en la idea de Walter, y que yo comparto, primero debes quererte a ti mismo, después percatarte de que existes y, como consecuencia, querer a Dios. Y lo puedes querer muchísimo, pero si tú aún no te consideras un ser digno de ser amado por ti mismo, no existes, y si no existes no eres, y así no puedes querer a Dios ni a nada en este universo.

Si tienes ***Amor*** a tu cuerpo y reconoces que ese cuerpo siente alguna necesidad, te aplicas a confortarlo porque lo amas. Si algo me lastima, dejo de hacerlo. Eso es ***Amor*** a mí mismo. Hace 2 000 años apareció un hombre que se hizo muy famoso, se llamó Jesús. No es mi intención hablar de alguna tendencia religiosa, sino nada más reconocer

en esa figura a un gran hombre que hizo muchas cosas por ***Amor***. En una de sus parábolas dice: *Ama a tu prójimo como a ti mismo*. Pero si no te amas a ti mismo, ¿cómo puedes amar a los demás?

Tomemos este ejemplo: en un cuerpo tienes un corazón, y este representa el ***Amor***; ese corazón está conectado a un cerebro. Muchísimas personas me han dicho que la vida y los negocios deben ser totalmente cerebrales. Yo no comparto esto; revisemos por qué. Si un cerebro se detuviera, sin dar señales de vida, el cuerpo se paralizaría, pero podría seguir vivo. En cambio, si se para el corazón, morimos. El ***Amor*** transforma todas estas cosas ¿Estás de acuerdo?

En la experiencia con mi empresa SalesPartners®, estaba seguro de que debía ser el cerebro de la misma, así como su corazón. Me equivoqué completamente. El corazón de mi empresa son los franquiciatarios. Ellos son los que bombean la vida del negocio. Yo solo soy el cerebro. Al comprender esto, mi empresa empezó a funcionar mucho mejor desde entonces y hasta el día de hoy.

En este caso, el corazón de este libro son los *Ejercicios de cambio de vida* incluidos al final de cada capítulo; son los procesos que bombean la sangre que llega al cerebro para transformar tu vida. Debo reconocer que la historia, base de mi trabajo, me encanta, pero es un hecho que el corazón del libro, repito, son los ejercicios.

Una demostración de cuánto te quieres, es ver qué comes. La gente sabe que para bajar de peso solo se necesitan dos cosas: comer sanamente y hacer ejercicio. Y aunque muchas personas saben que el alcohol hace daño, que el cigarro mata, se niegan el ***Amor*** a sí mismos, y sin importarles nada fuman y toman. Todos sabemos de sobra si una bolsa de frituras nos va a hacer bien o mal, el noventa por ciento de la gente conoce que es más sano comer una naranja o una manzana, pero prefieren la fritura porque les falta ***Amor*** por sí mismos; en consecuencia, su autoestima está por los suelos.

Todas las cosas que te pasan en la vida dependen del estado de ánimo en que te encuentres, y el estado más alto es el ***Amor.*** Es el pegamento mágico que transforma todo. Nada puede ser efectivo si no se hace por ***Amor.*** Necesitas, entonces, conocer el corazón de tu ***Misión***, de tu proyecto de vida, el lugar donde se localiza el ***Amor*** que pondrás al hacerlo. Los grandes seres humanos que han pisado esta tierra, tuvieron y tienen una cosa en común: el ***Amor***. Gandhi, Buda, Jesús, la Madre Teresa, Martin Luther King, por mencionar unos cuantos; todos ellos han tenido ***Amor*** por la humanidad.

Por eso, hablando del viaje que hicimos mi hermano y yo, encontrarme con el gerente que por ***Amor*** nos entregó los dos boletos, fue para mí una gran lección. Claro que todo fue ***Resultado*** de nuestro trabajo anterior que creó empatía con el gerente. El ***Amor*** crea empatía en los demás. Recuerdo una frase reveladora que escuché en la película *El camino del guerrero,* basada en el libro *El guerrero pacífico,* de Dan Millman, que dice: *Los que son más difíciles de amar son quienes más lo necesitan.*

El grave problema para saber amar a alguien es que tus emociones te dominen. Cuando eso pasa pierdes el enfoque para amar. Las personas que hacen mucho daño son las más difíciles de amar, pero son, como ya te dije, las que más lo necesitan. Tampoco

te quiero decir con esto que tengas que soportar malos tratos de personas difíciles o que te estén dañando. No. El ***Amor*** por uno mismo debe evitar que alguien te haga daño. Aunque el ***Amor*** te enseña a perdonar, nunca debes soportar algo que lastime a tu persona.

Cuando descubrí que tenía ***Amor*** por mí mismo, descubrí el ***Amor*** que sentía por mi compañero de aventura, mi hermano.

SUMARIO

El ***Amor*** es algo que está dentro de ti. Es el lubricante que permite que las cosas fluyan.

Hacer por ***Amor*** una ***Misión***, te vuelve invulnerable.

Antes que amar a otros, primero debes amarte a ti mismo.

Amarte a ti mismo significa tener alta autoestima.

Si te amas, procuras lo mejor para tu cuerpo y para tu espíritu.

Las grandes almas de este mundo han tenido algo en común: ***Amor*** por la humanidad.

Las personas más difíciles de amar son las que más ***Amor*** necesitan.

Amarte a ti mismo es no permitir que otros te dañen.

Ejercicios de cambio de vida[16]

1. Necesitas tener claro tu ***Amor*** todos los días.

2. Para hacerlo, debes descubrir de qué humor te encuentras. Esta pregunta debes hacértela varias veces para ubicar realmente dónde estás parado.

3. ¿Qué juego estás jugando hoy con el ***Amor***?

4. ¿Quién eres?

5. ¿Dónde estás?

6. ¿Qué tan grande es tu ***Amor***?

7. ¿Cuál es tu actitud?

8. ¿Cuáles son tus atributos?

9. ¿Cuáles son tus habilidades?

10. ¿Cuáles son tus limitantes?

11. ¿Cuáles son tus poderes?

12. ¿Cuáles son tus debilidades?

13. ¿Cuáles son tus problemas?

14. ¿Cuáles son tus soluciones?

15. ¿Quiénes son tus oponentes?

16. ¿Quiénes son tus aliados?

17. ¿Cuáles son tus patrones de conducta?

18. ¿Cómo te comunicas?

19. ¿Cómo te ves a ti mismo?

20. ¿Qué problemas tienes?

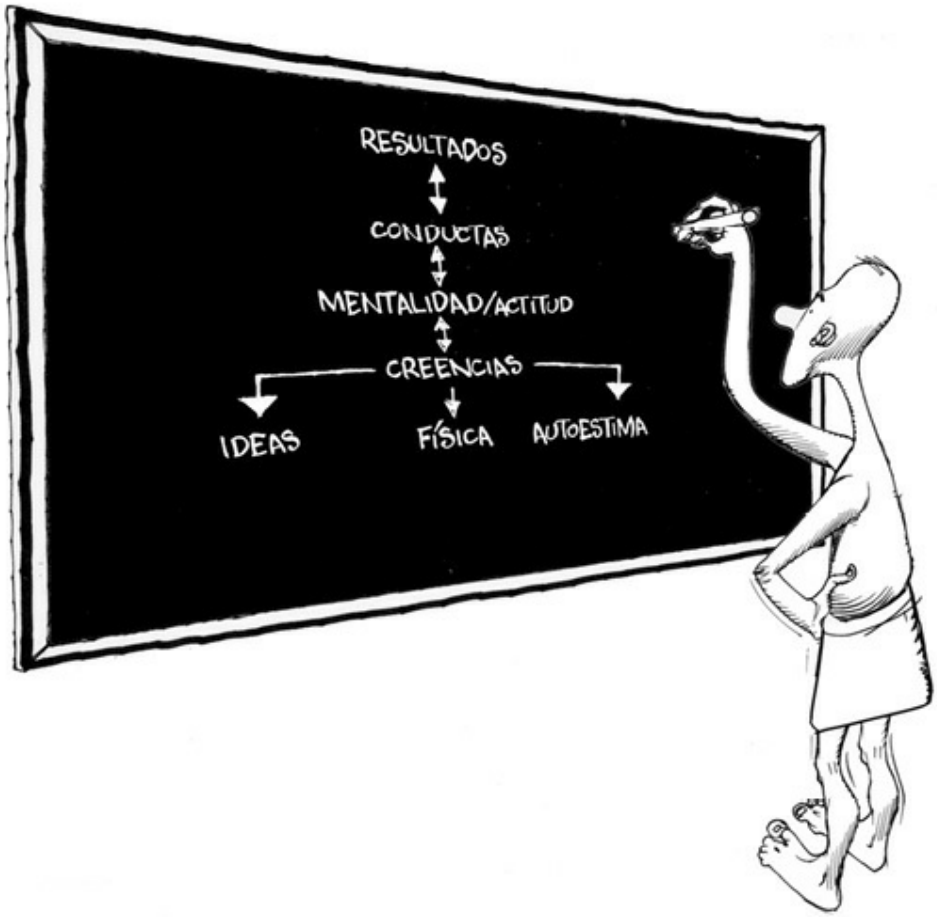
21. ¿Cuáles son las consecuencias de esos problemas?

22. ¿Qué tan grande es el ***Amor*** por ti mismo y los demás?

23. ¿De qué humor te encuentras?

NOTAS:

16 Para este ejercicio se tomó como referencia el Presence 3 del taller "The Vital Fundamentals of Life Processing", de Alan C. Walter.



RESULTADOS

Y la historia continúa…
Llegaríamos a Cancún en un día y medio, no en cinco, como estaba planeado; ¡tiempo récord! Íbamos a mitad de nuestra travesía. Aún faltaba mucho más qué hacer. Teníamos que vencer nuevos retos para lograr con éxito nuestra meta. Era muy tarde, y en ese momento nos dimos cuenta de que sentíamos hambre, además no teníamos dónde pasar la noche. Debíamos reinventarnos. ¿Cómo conseguiríamos comer? Bueno, podíamos comprar bolillos con el poco dinero que pedimos en las calles. Lo hicimos, pero no me parecía satisfactorio después de todo lo que habíamos logrado. No, yo quería algo más. Descubrí un restaurante cerca de ahí, y me aventuré a adquirir una buena cena. Con todo lo pasado había ganado mucha seguridad. Eso se llama obtener *Resultados*. Mis ideas habían cambiado, me sentía invencible. A los cinco minutos traje una pizza que me regalaron. Mi hermano no podía creerlo. Esa es la *Pasión* por la vida. Fue la más deliciosa cena que había comido en toda mi vida.

Estábamos en esta etapa del viaje, y me di cuenta de que constantemente obtenía ***Resultados***. Pero no era consciente de una cosa: las personas siempre tratan de obtener

Resultados. Y eso es muy cansado. Aquí aprendí una gran lección. Los ***Resultados*** vienen de la conducta. Si tengo determinada conducta hacia algo, voy a obtener ciertos ***Resultados.*** Yo voy teniendo diversas conductas, dependiendo de lo que quiero obtener. Pero hay algo más atrás de la conducta: se llama mentalidad; esta, más la actitud, eran lo que transformaban mi vida. La mentalidad se componía del acervo de conocimientos acumulados en mi vida, pero eso no me servía de mucho. Así que si unía la mentalidad con la actitud, entonces eso cambiaba mi conducta; en consecuencia, tenía mejores ***Resultados.***

Esto lo entendí con mayor claridad cuando conocí a Blair Singer. Según te comportes hacia las cosas, es lo que va a producir un ***Resultado.*** *La actitud es todo,* decía Mack Newton, uno de mis grandes mentores. De tal manera que darme cuenta de que yo poseía la mentalidad y la actitud correctas, me permitiría no darme por vencido, y me generaba la conducta necesaria para obtener ***Resultados.***

Debajo de todo esto había algo más: mis creencias. ¿Cuáles eran? Debía creer en algo si quería tener ***Resultados***. En el caso de nuestro viaje, creía en mi hermano, en la gente, en mí mismo. Esas creencias estaban empujándome hacia obtener una actitud positiva, y con ello un comportamiento adecuado, y como colofón, buenos ***Resultados.*** En el fondo, esto era lo que yo creía. *Nunca tus* ***Resultados*** *serán más grandes que tus creencias*, afirma Mack Newton. Las creencias se basan en tus ideas; las ideas que tienes de ti mismo y del mundo que te rodea, también de tu imagen. Crees en lo que eres, en lo que has forjado de ti mismo y, por ende, tu autoestima se incorpora a tus propias creencias.

Volvamos a nuestro legendario Abir; él tenía creencias muy firmes acerca de lo que podían lograr entre todos; su actitud era positiva e inagotable su ***Pasión*** por la vida, pero su imagen ante los demás no era tan sólida por el ***Miedo*** de todos ellos, aunque él se sabía fuerte e invencible. Pero como el trabajo de liberarse dependía de todos y no únicamente de él, por las cadenas que los ataban, no pudo lograr los ***Resultados*** que anhelaba.

En mi viaje, el elemento fundamental fue mi autoestima, pues engrandeció mi imagen y mis ideas. De esa manera mis creencias se fortalecieron. Si tienes baja autoestima, nada vas a conseguir, todo se va a quedar atascado. Si tu creencia es poderosa, tus ***Resultados*** serán iguales. Si dañas tu cuerpo, como vimos en el capítulo anterior, tu autoestima está en el piso, y no obtienes los ***Resultados*** que esperas. En cuanto a la imagen, no es como te ven los demás, es como te ves tú mismo.

Todas estas herramientas son muy poderosas para ti, tu equipo de trabajo y/o tu familia. ¿Cuáles son las creencias de tu equipo de trabajo, o de tu familia? ¿Cuáles sus ideas, cuál su imagen, cuál su autoestima? De ahí puedes deducir la mentalidad, la actitud de tu empresa o de tu familia, y puedes ver que el comportamiento de ellos dará un ***Resultado*** de acuerdo con todo lo anterior. Te diré algo que descubrí: el secreto de todos los ***Resultados*** está en las creencias.

SUMARIO

Para obtener ***Resultados***, primero tienes que entender las ideas y la imagen que tienes de ti mismo, tu autoestima, lo cual en conjunto te dará la creencia que posees de ti. Todo esto crea una mentalidad y una actitud determinada hacia la vida, lo que te hace tener una conducta específica. Esta conducta soportada por todo lo anterior, te conducirá a un ***Resultado*** bueno o malo en tu vida.

Ejercicios de cambio de vida

Ejercicio A

1. ¿Cuáles son las ideas que tengo de mí mismo? Anótalas:

2. Párate enfrente del espejo con cuaderno y lápiz, y escribe las creencias de tu propia imagen. (Esto puede ser muy fuerte, pero obtendrás mejores ***Resultados*** si lo haces desnudo por dos minutos.)

3. Ya que estás frente a él, pregúntate:

a) ¿Te gusta?
b) ¿No te gusta?
c) Localiza tus áreas de oportunidad
d) ¿Qué te gustaría ver?
e) ¿Cómo la vas a mejorar?

Parte 1 del ejercicio B

Después de lo anterior contesta lo siguiente:

1. ¿Cómo está tu autoestima?

2. ¿Cuáles son las áreas en que estás mal?

3. ¿Cuáles son las áreas en que estás bien?

4. ¿Cuáles son las áreas de oportunidad?

5. ¿Qué tengo que hacer a partir de hoy para cambiar lo anterior?

6. ¿Qué poder interno no se está reflejando en tu parte física que debes sacar, y con el cuál te sentirías cómodo?

Parte 2 del ejercicio B

1. ¿Qué pasó contigo y tu estado de ánimo cuando realizaste estos ejercicios?

2. ¿Cuáles son tus reacciones?

3. ¿Qué está funcionando respecto a tus creencias?

4. ¿Qué no está funcionando respecto a tus creencias?

5. ¿Qué aprendiste de este ejercicio y de ti mismo?

6. ¿Qué vas a hacer a partir de hoy para concebir creencias nuevas?

Ejercicio para empresas

1. ¿Cuáles son las creencias que tienes de tu empresa o empleo?

2. ¿Cuáles son las que tienen tus empleados o compañeros?

3. ¿Cuáles son las creencias que tienen los clientes de tu empresa?

4. ¿Para ti cuáles son los valores y las virtudes que crean la autoestima de tu empresa o empleo?

HABLEMOS DE FELICIDAD

Y la historia continúa…
¿Dónde dormir? Las bancas del parque eran una opción, pero era muy pobre pensar en eso. Entonces vino a mi mente una frase que siempre me acompaña: ***La que me juegue la vida, voy a ganarla.*** Ni la muerte de mi hijo fue suficiente para acabar conmigo. El éxito es un viaje (y en él, mi hijo camina a mi lado, pero eso lo platicaré en otro libro). Ahora debíamos dormir en un hotel, no aceptaría otra cosa. Frente a la estación estaba un motel de paso, hablé con el encargado y le pedí que me otorgara una habitación que los huéspedes desocuparan pronto. Me miró sin comprender, en su mundo eso era patético. ¿Cómo entrar en una habitación cuya ropa de cama estaba usada? Esa era su visión. La nuestra era diferente: se trataba de dormir bajo techo, en silencio, cobijados y poder bañarnos antes de partir. *Estás loco, pero espérate, si alguien sale te metes, pero debes dejar la habitación antes de las cinco de la mañana*. ¡Lo había conseguido de nuevo! Al siguiente día, el reloj de mi hermano, que no tenía más valor que el de dar la hora, fue el *Intercambio* que recibió el encargado con una amplia sonrisa.

¡Qué buena es la risa!, es mejor que cualquier medicina, es la terapia más reconfortante y relajante. La risa es natural; no aprendemos a reír, simplemente lo

hacemos. Los niños recién nacidos tienen la capacidad de esbozar una sonrisa y cambiarnos el ánimo en ese mismo instante, por lo tanto, sonreír es natural para todos. Si reír es igual a sentirse feliz, quiere decir que la ***Felicidad*** y la alegría son naturales. La ***Felicidad*** es el estado natural del ser humano.

Reír es como cantar una canción
interna que genera armonía
en cada célula de tu cuerpo.

La actitud es cuestión de decisión propia, y la vida es cuestión de actitud, así que la vida es cuestión de decisión propia. La alegría te hace crecer y así expandes tu ***Contexto***. Practica la risa a diario: ríete en el espejo, con una película, con un ser amado o con un chiste; como sea, solo hazlo y disfruta de sus beneficios. Permítete experimentar cómo creces y te sentirás mejor, más relajado, creativo, con mayor energía y armonioso con tu entorno.

La risa cambia tu actitud hacia lo que la
vida te pone enfrente; y estar siempre
alegre, te hace ver más opciones.

Cuando le pregunto a la gente cuál es su ***Misión*** en la vida, la mayoría me contesta, sin pensarlo dos veces: *ser feliz*. Qué ***Misión*** tan amplia y tan poco específica; resultará difícil alcanzarla, pero si ese *ser feliz* lo aplicas en determinadas áreas de tu vida, el camino se hace más viable y hay mayor posibilidad de llegar al objetivo. Mi amiga Jayne Johnson dice que para poder cumplir una ***Misión,*** es necesario que sea específica y alcanzable, de otra forma, nunca cumplirás con ella. Entonces empecemos por el principio.

¿Qué es la Felicidad?

Resulta interesante que nadie sepa explicar bien a bien qué es la ***Felicidad.*** La razón es porque se trata de un concepto subjetivo e individual; es decir, lo que para mí representa ***Felicidad,*** posiblemente no lo sea para ti; una misma experiencia que a mí me hace feliz,

para ti puede no significar nada. Puesto en este camino, me di a la tarea de investigar a fondo el concepto. Formulé esta pregunta a diferentes personas, saqué mis conclusiones, y estos fueron los ***Resultados***.

¿Qué significa para ti ser feliz?

Para mí, Alfredo, ***Felicidad*** *es tener Abundancia y Armonía Física, Mental y Espiritual para servir a los demás cada día de mi vida, con la firme intención de empezar de nuevo al siguiente amanecer.*

Por supuesto, vamos a ver la definición del diccionario; la llamaré la versión oficial.

Felicidad. F. 1. Estado de grata satisfacción espiritual y física. 2. Persona, situación, objeto o conjunto de ellos que contribuyen a ser feliz. 3. Ausencia de inconvenientes o tropiezos.

Recuerdo una frase que escuché un día y que me gusta mucho; describe la ***Felicidad*** de la siguiente manera: *La* **Felicidad** *es armonía continua*. Ahora bien, tenemos un nuevo concepto: armonía.

Armonía: F. 1. Unión y combinación de sonidos simultáneos y diferentes, pero acordes. 2. Proporción y correspondencia convenientes de unas cosas con otras en el conjunto que componen. 3. Amistad y buena correspondencia.

Mi conclusión es muy simple, la ***Felicidad*** es lo que cada quien quiere, sueña y desea. La ***Felicidad*** está influida por los cuentos de hadas, películas de Hollywood, grandes poetas y escritores, entre otros motivadores externos. Aunque en realidad la ***Felicidad*** es individual, y por desgracia no todos participan de esta, en muchos casos es impuesta por manipuladores para dirigir las vidas de otros seres. Desde el padre que impone al hijo sus sueños y las cosas que no pudo hacer, hasta los sueños que la publicidad, las noticias y la mercadotecnia nos imponen. Ese ideal de ***Felicidad*** está construido por el ***Contexto*** de cada persona. Te daré un ejemplo: pensemos en dos individuos, les pondré nombres ficticios.

Tú eres tus pensamientos y estados de ánimo. La opción perfecta es ser feliz con amor y alegría.

Nuestro sujeto A se llamará José María. Hombre soltero de 24 años, con un sueldo que le permite pagar sus cuentas y darse algunos lujos. En el ***Contexto*** de José María, su ideal es un automóvil deportivo, de esos que alcanzan los 230 kilómetros. Anhela ese coche y representa su ***Felicidad*** en el corto plazo; tanto, que a largo plazo desea tener un negocio propio, una familia grande y casa con alberca y dos perros. Entonces, para José María la ***Felicidad*** es el coche y más adelante su familia.

Ahora, nuestro sujeto B se llama Diego, de 50 años, sin empleo y tiene un hijo enfermo. Diego no necesita coche, ni siquiera lo piensa o sueña en eso; en el ***Contexto*** de Diego, su ***Felicidad*** la representa la salud de su hijo.

¿Puedes ver la diferencia?

De hecho, la diferencia que encuentres es la respuesta correcta, puedes o no compartir la ***Felicidad*** con alguien más; y este es exactamente el concepto básico de ***Felicidad:*** **LA FELICIDAD ES PERSONAL**. Eso sí, es mágica cuando la compartes con alguien más, cuando varios seres participan de ese mismo ***Contexto***.

Como la ***Felicidad*** es personal, está conectada a tus sueños y anhelos. Piensa en ello y analiza el ***Contexto*** de tu vida. Una vez que tengas claro tu ***Contexto***, es decir, qué representa la ***Felicidad*** para ti, entonces debes pensar en cómo vas a llegar a ella. Para que puedas experimentarla, es importante que generes acción; o sea, moverte para conseguir tu objetivo. Ese movimiento puede significar un gran cambio que te saque de tu zona de confort, situación que tal vez te cause ***Miedo***; cuando suceda, simplemente expande tu ***Contexto*** visualizando eso que es el motor: tu sueño, tu deseo, tu ***Felicidad.***

Si encontrar qué te hace feliz no es tan difícil, entonces, ¿por qué hay tanta gente infeliz? Las personas que no se sienten felices, o que no encuentran su ***Felicidad***, no lo han hecho porque renunciaron a ella. Parece absurdo renunciar a ser feliz; sin embargo, es cierto. Cuando somos niños todo parece sencillo, soñar es natural y divertido, pero conforme vamos creciendo, nosotros mismos nos limitamos, nos programamos para que nuestra mente nos diga que todo eso no será posible, que debemos conformarnos con lo que hemos logrado hasta el momento, y desarrollamos pereza que nos impide perseguir aquella ilusión que hacía que nuestros ojos brillaran y nuestro corazón se acelerara.

Entonces, si cada quien tiene diferentes conceptos de ***Felicidad***, ¿por qué hay peleas, guerras y tanta envidia? La respuesta es simple: el ***Contexto*** de las personas no es lo suficientemente grande para ver que en el mundo hay abundancia para todos, que no debemos competir en todo momento, sino coexistir unos con otros; competir, sí, pero con nosotros mismos para ser mejores. Esa es la diferencia entre un ***Contexto*** grande y uno pequeño; quien tiene ***Contexto*** amplio, sabe que hay para todos, pero quien no, piensa que si alguien más posee demasiado, no habrá oportunidad para él, y por eso nunca logra tener lo que desea, incluso ni siquiera se esfuerza por buscarlo, se vuelve un conformista que, a la larga, desarrollará frustración, ira y rencor hacia él mismo, y dichas

emociones se reflejarán en su comportamiento hacia los demás. Así de poderoso es el ***Contexto***, así de importante es definirlo, expandirlo y fortalecerlo.

El estado de ánimo determina el rumbo de tu vida. Tú decides en qué estado de ánimo estar; por lo tanto, eres el capitán de tu propia felicidad.

He pensado mil veces en el dicho que anuncia: *Las mejores cosas de la vida son gratis;* entonces, ¿por qué tanta gente insiste en que nada en la vida es gratis? Este mundo está malinterpretado, hay dualidades que realmente no existen, las creamos nosotros mismos. Basta con asomarse a una ventana y observar las maravillas que la naturaleza nos ofrece, todo tiene un orden y siempre crece y se expande sin ningún esfuerzo. ¿Por qué, si contamos con el fabuloso sentido de la razón, lo usamos para complicar las cosas, para generar problemas donde no debería haberlos? Una vez más, por nuestro ***Contexto***. La vida es simple para quienes entienden esto, y lo han comprobado; pero la vida les resulta complicada a los que después de haber aprendido esto, no han hecho el mínimo esfuerzo por mejorar; en ellos, su ***Contexto*** es ser una víctima del destino.

¡Esto tiene que cambiar!

Hoy es el día ideal para deshacerte de esa falsa idea. Hoy, si tú lo decides, puedes ampliar tu ***Contexto.*** Es más, el hecho de que estés leyendo este libro, significa que ya lo ampliaste y, más aún, porque has llegado hasta esta página. Te felicito, tienes ganas de crecer y mejorar, de experimentar a ese ser más grande que está dentro de ti, que no conocías o le temías. Ahora ya lo sabes, tú tienes la decisión, tú tienes el control de tu vida. Tú decides cómo será tu ***Contexto*** de alegría y ***Felicidad.***

Quiero cerrar este capítulo con una de las frases que más me han gustado de mis procesos de gratitud; la debes leer al menos dos veces para entender por separado el significado de cada palabra y de la frase misma en conjunto, y adaptarla a tu vida y tus necesidades.

Ser feliz es hacerlo todo con alegría y Pasión,
tener una gran y emocionante vida espiritual,

mental y física.

SUMARIO

La risa es algo innato en el ser humano y te lleva a un estado feliz, así que la risa y la ***Felicidad*** son estados naturales.

La ***Felicidad*** es cuestión de actitud positiva acerca de la vida. La risa te ayuda a expander tu ***Contexto***.

La ***Felicidad*** es un asunto estrictamente personal. Lo que para ti es ***Felicidad***, para otra persona puede no serlo.

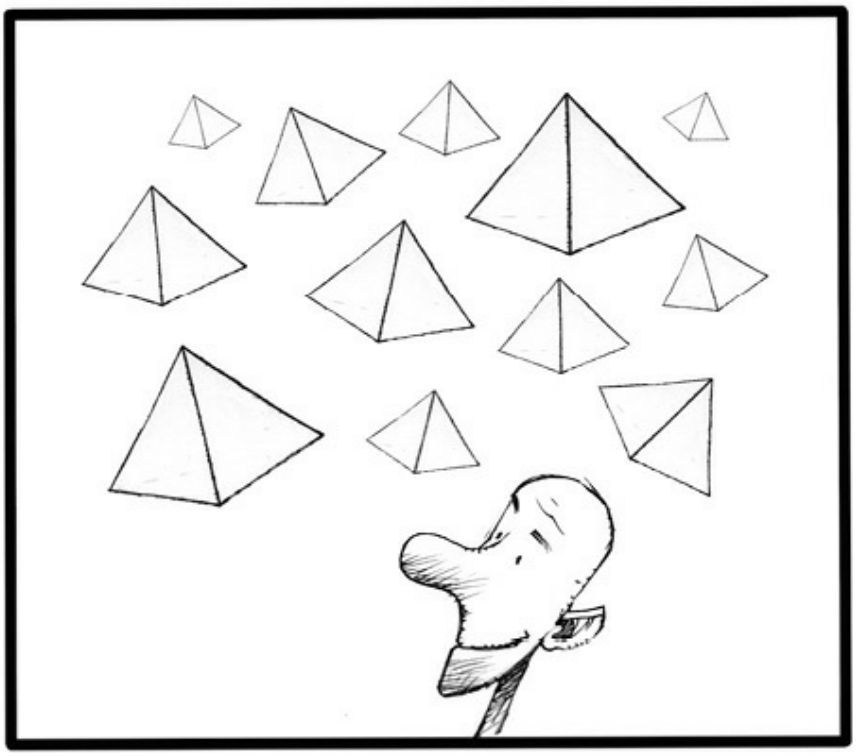
La envidia impide a las personas ser felices; cuando envidian lo que otro posee, se vuelven víctimas del destino.

Ejercicios de cambio de vida

1. Ahora es tu turno, apunta tu concepto de ***Felicidad,*** hazlo por escrito para que pases tus pensamientos del mundo de las ideas al mundo físico; de tu mente al papel:

2. ¿Cuál es la diferencia entre la ***Felicidad*** de José María y la de Diego?

3. Mira a tu alrededor, tu ***Contexto***, y reflexiona cómo te gustaría que fuera, cómo podría estar en armonía. Trabaja en su expansión.



LA MAGIA DE LA REPETICIÓN Y LA PRÁCTICA

Y la historia continúa…
Ahora el viaje representaba un nuevo reto. Transcurrieron casi 24 horas y había que tener reservas. Con nuestra autoestima arriba, antes de salir decidimos desayunar en un restaurante frente a la terminal. De modo que entramos, hablamos con el gerente, le ofrecimos nuestros servicios en *Intercambio* y le platicamos nuestro reto; al vernos tan entusiasmados, nos dijo: *Pasen, coman lo que quieran, están invitados*. Al salir, le agradecimos, y comentó: *Ustedes me han dado una lección, ¡siempre se puede!* De nuevo estábamos en *Intercambio*. Con los 30 pesos que teníamos, compramos un galón de agua y una caja de cereal. Eran nuestras provisiones para el trayecto. Además, teníamos los bolillos del día anterior.

A las ocho horas de viaje, en una parada que hizo el camión, la señora de adelante sacó unos emparedados que olían delicioso; afuera, un puesto de pollos rostizados, y nuestras tripas crujiendo. Hartos de comer cereal y con 10 pesos en las manos caminamos por las calles. Un señor nos regaló unos jitomates, compramos mayonesa y con eso nos hicimos unas ricas tortas. Subimos al camión, platicamos con la señora de los emparedados y establecimos puntos de encuentro. Me di a la tarea de ayudarle con ciertos conflictos personales.

Hace tiempo tuve la oportunidad de estar con David, un amigo que vive en la ciudad de Denver. Ciertamente, cuando platicábamos de los diversos problemas que afrontaban

la cultura estadounidense y la mexicana, en medio del tráfico citadino, coincidimos acerca del potencial de aprendizaje, y él me dijo esta frase que esclareció lo que por muchos años yo sabía y practicaba:

Repetition is the mother of learning.[17]

Tiempo después me di cuenta de que le faltaba un pequeño matiz a la frase, y la complementé con la palabra *Éxito*, porque indiscutiblemente la ***Repetición*** de lo que quieras dentro del ***Contexto*** correcto y con el ***Contenido*** necesario, te lleva al Éxito; por lo tanto la oración completa es:

La Repetición es la madre del Aprendizaje y del Éxito.

Esto, que aparentemente es sencillo y todos sabemos, es el principal problema que muchas veces impide que hagamos las cosas con perfección. Seguramente te has hecho la siguiente pregunta: ¿por qué no tengo completo éxito y abundancia en todo lo que hago en la vida?

Cuando la vida y las circunstancias te dicen NO, debes decir SÍ, confrontarte, moverte, seguir y servir.

Te voy a poner un ejemplo: cuando de niño empezabas a hablar, y puedes corroborarlo si tienes algún pequeño cerca, cada vez que no sabías o cometías un error al pronunciar una palabra, tus padres, hermanos o quienes estuvieran a tu alrededor te ayudaban a corregirlo. ¿A cuántos pequeños se les complica pronunciar la letra R? Si analizas lo anterior, estamos diseñados para *repetir* y *repetir*, así aprendemos y finalmente conseguimos con éxito lo que nos proponemos. Estamos diseñados para hacerlo naturalmente y obtener ***Resultados*** fantásticos.

Entonces, ¿dónde está el problema de no tener el éxito y la abundancia que deseamos? Muy fácil, en que no sabemos qué *repetir* y cómo repetirlo. Debes aprender a educar tu ***Susurro*** mental, porque si no, rompe la ***Repetición*** y empieza a sabotearte con frases como: *Esto ya lo hiciste. Para qué trabajas de más,* etc. En mis talleres repito muchas veces la misma historia porque la ***Repetición*** me da éxito, aunque el

Susurro de mi vocecita me señale: *Eso ya lo dijiste. Inventa otra cosa*; pero como no le hago caso, mis talleres tienen mucho éxito porque la gente aprende mil cosas distintas, con mis miles de *repeticiones*.

Ahora bien, este sistema de ***Repetición***, que nos ha brindado la naturaleza, es muy poderoso y debemos aprovecharlo al cien por ciento. Entonces aprendamos a emplearlo, en primer lugar, con nuestro ***Susurro*** para reconocerlo y convencernos de llevar a cabo aquello que nos hará exitosos, felices y lograr todo lo que deseamos.

Por ejemplo, en este momento tu ***Susurro*** podría empezar a decirte: *Esto es una tontería. Este libro no te dejará nada*; y cosas por el estilo, pero te repito que si calmas a esa vocecita y le dices **¡ALTO!** , y además te propones repetir tu lectura, empezarás a estar consciente de que tú tienes el control. Te recuerdo que esto es un juego que debes jugar tú, y poner todo el esfuerzo para lograr alinearte y obtener el ***Resultado*** deseado.

Voy a darte una herramienta financiera real para aplicarla ahora mismo a tu vida. El primer paso es hacer una meta de ingresos para los próximos seis meses (tiene que ser por escrito); *repítela* todos los días para educar a tu ***Susurro*** y que se involucren todos tus sentidos. Tienes que visualizar cómo te sientes con ese objetivo alcanzado, cómo está tu ánimo al lograrlo, qué sensaciones experimentas, a cuánta gente podría ayudar. Y te tengo una buena noticia, como la ***Repetición*** es la madre del Aprendizaje y del Éxito, seguramente conseguirás tu objetivo. Si no es así, entonces significa que hay otra meta más importante para ti pero permanece oculta; la descubrirás en el proceso[18] y la obtendrás con satisfacción aun mayor que la de la primera meta que te planteaste.

Estar movido y con buena cara, incluso en tiempos adversos, es la herramienta más efectiva que hace cambiar tu vida, aunque tu *Susurro* quiera sabotearte.

La ***Repetición*** es espectacularmente poderosa, siempre y cuando se haga con todos los sentidos y el ***Susurro*** en el ***Contexto*** necesario para que logres reprogramarte y explotar los recursos que tienes para conseguir tus metas. Esta técnica de la ***Repetición*** ha logrado a lo largo de la historia que el ser humano alcance cosas maravillosas. Cuando *repetimos*, caemos en el ciclo acierto -error-acierto, corregimos y repetimos, corregimos nuevamente y repetimos nuevamente hasta afianzar un sistema que funcione y logremos el ***Resultado*** esperado.

Debo advertirles que hay una línea muy delgada entre ser persistente y ser inflexible, es muy bueno ser persistente, siempre y cuando no se torne en terquedad; es necesario desarrollar la capacidad de adaptación y flexibilidad para ir aprendiendo y ampliando nuestro ***Contexto.*** Debemos rescatar lo que realmente nos lleva en el camino del éxito, y

explotar lo valioso para empezar de nuevo a *repetir* hasta conseguirlo.

La experiencia más clara de ***Repetición*** la tienen los niños, y nos indica que es algo natural en el ser humano. Por ejemplo, en mi casa, cuando mis hijos quieren un dulce *repiten* el acto de pedirlo las veces que sean necesarias hasta conseguirlo, están acostumbrados a no rendirse; un bebé recién nacido llorará el tiempo necesario para que lo escuchen y atiendan sus necesidades. La ***Repetición*** es natural en la humanidad, el problema es que conforme crecemos, creemos que ya sabemos las cosas y se nos olvida *repetir*.

Las personas que han sido exitosas lo han logrado con base en la ***Repetición***, persistencia, ajuste, y otra vez ***Repetición***. Así es como la gente más próspera y rica ha obtenido lo que se ha propuesto. Un ejemplo claro es la Madre Teresa de Calcuta, quien por años repitió su bondad y logró la abundancia espiritual, generando gran información y fortuna, misma que ha servido a las numerosas instituciones de beneficencia que, gracias a ella y a su esfuerzo, se han fundado a lo largo y ancho del mundo. Otro claro ejemplo es el Dalai Lama.

Insisto tanto en la ***Repetición*** porque es el combustible que te hará avanzar; las demás partes del camino las has visto en este libro, y son muy importantes, pero necesitas combustible de la mejor calidad para hacer los ajustes y cambios en tu vida, de modo que obtengas el éxito que deseas.

Cada paso en esta vida está
lleno de magia. Es tu responsabilidad
entender el truco para poder repetirlo
mejor y crear más magia.

Para terminar este capítulo te diré que con el fin de hacer atractiva la ***Repetición***, esta debe mantenernos *motivados y claros* en la meta, para no cambiar y no desalentarte cuando las circunstancias son adversas. Es en esos momentos cuando debemos tener más constancia para no dejar la ***Repetición*** en un segundo plano. Tal vez tu ***Susurro*** diga: *¡Esto es estúpido! ¡No voy a conseguir lo que quiero!* Hay que tener mucho cuidado porque ese ***Susurro*** también sabe *repetir*, y lo hará para no dejarte ser más grande de lo que eres; por eso debes educar a ese diablillo que susurra en tu oído, y reconocer que es de gran ayuda, pero el capitán del barco eres ***tú***.

Ahora sabes que si te enfocas en tus sueños y utilizas tu ***Susurro*** a tu favor, podrás conseguir todo el dinero, y el ***Amor*** y la grandeza que deseas. Recuerda que tú eres el piloto de tu vida, y solo tú y nadie más puede lograr la abundancia que buscas. No te rindas y *repite* las cosas que te lleven a obtener el éxito… eres tú, solo tú.

SIEMPRE ERES EL RESULTADO DE LO QUE PRACTICAS

SUMARIO

La ***Repetición*** es la madre del Aprendizaje y del Éxito.

La ***Repetición*** es algo natural en nosotros y nos ha llevado, a lo largo de la historia, a desarrollar nuestras capacidades.

El ***Susurro*** de tu vocecita lo sabe y también repite frases que, si no las controlas, pueden hacerte muy infeliz.

Debes educar al ***Susurro*** y decirle ¡ALTO!, cuando no vaya con tus intereses.

Ser persistente no es lo mismo que ser inflexible; uno te ayuda a crecer, y lo otro a ser terco.

Ejercicios de cambio de vida

Ejercicio A

1. Ahora puedes comprobarlo en tu propia vida cuantas veces quieras repite las experiencias que te han hecho exitoso. Es muy simple aprender, busca alguien con más experiencia que tú, pregúntale cuáles fueron los actos que repitió para volverlo exitoso, y repítelos. A su vez, irás descubriendo si ese es el camino para ti también, pues crearás tus propias técnicas que repetirás para seguir cosechando el éxito.

Ejercicio B

1. Repite todos los ejercicios de este libro por lo menos cinco veces; ponte esa meta, establécela, y verás los frutos. Serás el ***Resultado*** de tu constancia y disciplina.

NOTAS:

17 Traducción: *La repetición es la madre del aprendizaje.*

18 A esto se le llama: *la meta detrás de la meta*; concepto incluido en el libro *La vocecita*, de Blair Singer.

EL GRAN SECRETO PARA TRATAR CON LA GENTE

Y la historia continúa…

Llegamos a Cancún, qué fácil había resultado todo. Debíamos reinventarnos, un nuevo reto no estaba de más. ¿Qué tal quedarnos cinco días en Cancún? Mi hermano me dijo: *¡Estás loco!* Por ahora había que ver cómo llegar a la zona hotelera. La señora de los ricos emparedados justo iba hacia allá; de nuevo recibimos la recompensa por nuestros servicios. Después de un rato, estábamos en la zona más exclusiva del lugar. ¿Cómo conseguir alojamiento? Entramos al hotel más nuevo y lujoso del momento, hablamos con el gerente, y casi nos sacan a patadas, como en las caricaturas. De pronto, descubrí una manta donde decía que iba a haber un acto de gobierno al que estaban invitados TODOS los mexicanos. Dije, *nosotros somos mexicanos, así que estamos invitados.* Volvimos a la recepción y le comenté al gerente que veníamos al evento del gobernador, y preguntó:

—¿Cuál es su nombre?

—¡Alfredo!

—Discúlpeme, no lo había reconocido.

Recibimos una suite por cuatro días. Fueron los más fantásticos días que habíamos experimentado en nuestras vidas; tuvimos hasta cortesías para ir a discotecas. Esa noche aprendería otra lección.

Entonces recordé una serie de frases y consejos que he recibido de mis grandes maestros, que a lo largo de este capítulo voy a compartirlos con ustedes. Estuvimos una semana maravillosa en Cancún, gracias a que entendí un principio fundamental: apliqué la fórmula para tratar bien a la gente, y la gente nos recompensó generosamente.

Solo hay un medio para conseguir que alguien lleve a cabo algo: lograr que quiera hacerlo; o lo que es lo mismo, darle lo que quiere. Debemos formular la pregunta: ¿qué es lo que queremos? El famoso doctor Sigmund Freud decía que todo lo que hacemos surge de dos motivos: el impulso sexual y el deseo de ser grande. El profesor Dale Carnegie lo expresa de una manera diferente; dice que el impulso más profundo de la naturaleza humana es el *deseo de ser importante*. No significa que queramos muchas cosas, solo que las queremos con tanto anhelo que no aceptamos negativas.

Hay un anhelo casi tan profundo, casi tan imperioso como el deseo de alimentarse o dormir; Freud le llama: *El deseo de ser grande*; Dale Carnegie: *El deseo de ser importante*. William James dijo: *El principio más profundo del carácter humano es el anhelo de ser apreciado*. No el deseo, sino el anhelo.

Aquí tenemos una sed humana infalible y persistente; y los pocos individuos que satisfacen honestamente esta sed del corazón, podrán tener a los demás en la palma de la mano y, como dice un dicho popular: *Hasta el sepulturero se apenará cuando mueran.*

Valor y agradecimiento son dos herramientas que pueden resolver cualquier problema, sabiéndolas utilizar.

El deseo de sentirse importantes es una de las principales diferencias que distinguen a los seres humanos de los animales. El deseo de sentirse importante fue lo que llevó a un pobre empleado de una tienda de comestibles, un mozo sin recursos y sin educación, a estudiar unos libros de derecho que encontró en el fondo de un barril, que con otros restos de una casa deshecha, comprara por 50 centavos. Quizás el lector haya oído hablar de él: se llamaba Abraham Lincoln. John D. Rockefeller satisfacía su deseo de importancia dando dinero para que se levantara un hospital moderno en Pekín, China, a fin de atender a millones de pobres a quienes jamás había visto, ni jamás vería.

En los hospitales de Estados Unidos hay más enfermos mentales que de todas las demás enfermedades juntas. Muchas personas que enloquecen, encuentran en la demencia ese sentido de importancia que no pudieron obtener en el mundo de la realidad.

Si algunas personas tienen tanta sed de importancia, que llegan a la demencia, imaginemos los milagros que tú o yo podemos lograr si damos al prójimo una honrada apreciación de su importancia y reconocimiento; es decir, si nos colocamos del otro lado

de la demencia. Charles Schwab fue uno de los primeros estadounidenses en el mundo de los negocios a quien se le pagó un salario anual de más de un millón de dólares (cuando no había impuestos a los ingresos, y una persona que ganaba 50 dólares a la semana vivía bien). Andrew Carnegie[19] lo eligió como presidente de la recién formada Steel Company, en 1921. Posteriormente, Schwab se trasladó a la Bethlehem Steel Company, cargada de problemas en ese momento, y la reconstruyó hasta volverla una de las compañías con mayor balance en EUA. Schwab confesó que trabajaba con hombres que sabían considerablemente más que él acerca de la fabricación del acero, y aseguraba que se le pagaba dicho sueldo por su capacidad de tratar con la gente. Su secreto era el siguiente:

Considero que el mayor bien que poseo es mi capacidad para despertar entusiasmo entre los hombres, y que la forma de desarrollar lo mejor que hay en el ser humano es por medio del aprecio y el aliento. Nada hay que mate tanto las ambiciones de una persona como las críticas de sus superiores. Yo jamás critico a nadie. Creo que se debe dar un incentivo a una persona para que trabaje. Por eso siempre estoy deseoso de ensalzar, pero soy remiso para encontrar defectos; si algo me gusta, soy caluroso en mi aprobación y generoso en mis elogios.

Esto es lo que él llevaba a la práctica, pero ¿qué hacemos comúnmente? Precisamente lo contrario. Si hay algo que no nos gusta, armamos un escándalo; si nos gusta, no decimos nada. Schwab también afirmó: *En mi amplia relación con la vida, en mis encuentros con muchos grandes personajes en diversas partes del mundo, no he encontrado todavía la persona, que por grande que fuese o elevadas sus funciones, no cumpliera mejor trabajo y realizara mayores esfuerzos dentro de un espíritu de aprobación que dentro de un espíritu de crítica.*

Carnegie también elogiaba a sus semejantes en público y en privado; lo quiso hacer hasta después de muerto. Para su tumba escribió: *Aquí yace un hombre que supo cómo rodearse de hombres más hábiles que él.*

Sentir aprecio de otras personas es muy importante para los seres humanos, y para las relaciones entre nosotros. Hace unos años se realizó un estudio de por qué se rompen los matrimonios, ya sea que el hombre o la mujer se alejen, y la respuesta fue: *falta de aprecio.* Siempre vamos a encontrar algo que apreciar y agradecer en otra persona, aun cuando haya cometido un error tremendo. Si nos enfocamos en ese factor que podemos apreciar, el efecto para todos será muy diferente a si nos concentramos en criticar el error.

Nos dedicamos todos los días a nutrir los cuerpos de nuestros hijos, familiares, amigos y empleados, pero rara vez alimentamos su propia autoestima. Les damos carne y papas para que tengan energía, pero no les decimos palabras amables de aprecio que

encantarían sus años de recuerdo. Hay quienes piensan que los elogios y las adulaciones no funcionan, al menos en personas inteligentes. La diferencia entre la apreciación y la adulación es muy sencilla: una es sincera y la otra no, una procede del corazón y la otra de la boca, una es altruista y la otra egoísta, una despierta la admiración universal y la otra es universalmente condenada. Hay un busto del general Obregón en el Castillo de Chapultepec, en cuya base se leen unas palabras muy sabias: *No temas a los enemigos que te atacan, teme a los amigos que te adulan.*

Cuando no estamos dedicados a pensar en algún problema en específico, solemos pasar el noventa y cinco por ciento de nuestro tiempo pensando en nosotros mismos. Pero si dejamos de cavilar un rato en nosotros mismos, y comenzamos a enfocarnos en las buenas cualidades del prójimo, no tendremos que recurrir a la adulación, tan barata y falsa, que se le reconoce apenas sale de los labios.

Una de nuestras virtudes más descuidadas en la vida cotidiana es la apreciación. De un modo u otro olvidamos elogiar a nuestro hijo o hija cuando trae buenas calificaciones, y rara vez los alentamos cuando nos ayudan en algunas tareas de la casa. La próxima vez que disfrutes de una buena cena en un restaurante, mándale tus felicitaciones al chef; y cuando un vendedor fatigado te muestre una cortesía inusual, no dejes de agradecerle.

La apreciación y el agradecimiento van de la mano. Cuando agradecemos lo que los demás hacen por nosotros, incluso los más pequeños detalles, generamos una espiral positiva y un círculo virtuoso de la misma sustancia que hace que las cosas sucedan. Voy a escribir una frase que me gusta mucho, cuyo autor es desconocido, y que dice: *Trate de dejar un rastro de pequeñas chispas de gratitud en sus jornadas, le sorprenderá ver cómo encienden pequeñas llamas de amistad que vuelven a brillaren su próxima visita.*

Uno de los secretos para lograr todo esto es ir al mundo de los demás; piensa como ellos pensarían, ve a su mundo, verifícalo, hazles preguntas, interésate. Esto provocará que ellos sean atraídos hacia ti. La gente te lo agradecerá.

Voy a cerrar este capítulo del aprecio y agradecimiento con esta frase de Dale Carnegie que debe estar permanentemente en nuestras mentes:

Pasaré una sola vez por este camino; de modo que cualquier bien que pueda hacer o cualquier cortesía que pueda tener para cualquier ser humano, que sea ahora. No la dejaré para mañana, ni la olvidaré, porque nunca más volveré a pasar por aquí.

Gracias por su lectura, la aprecio mucho…

SUMARIO

El principio básico para saber ***tratar bien a la gente*** es demostrar ***Aprecio*** por ella y *agradecer* sus

atenciones.

Los hombres más importantes siempre han sabido que si quieren obtener algo de los demás, deben saber pedirlo y *agradecerlo*.

El anhelo de sentirse importantes es lo que diferencia a los seres humanos de los animales.

Algunas personas que permanecen en hospitales psiquiátricos fueron gente poco apreciada o poco reconocida.

Los elogios no cuestan, puedes ser generoso con ellos.

El alimento más grande que puedes darle a los tuyos es tu ***Aprecio*** y ***Agradecimiento***.

Para que la gente se acerque a ti, primero debes ir tú al mundo de los demás.

Ejercicios de cambio de vida

1. Elabora una lista de las personas a tu alrededor con quienes no has sido lo suficientemente agradecido:

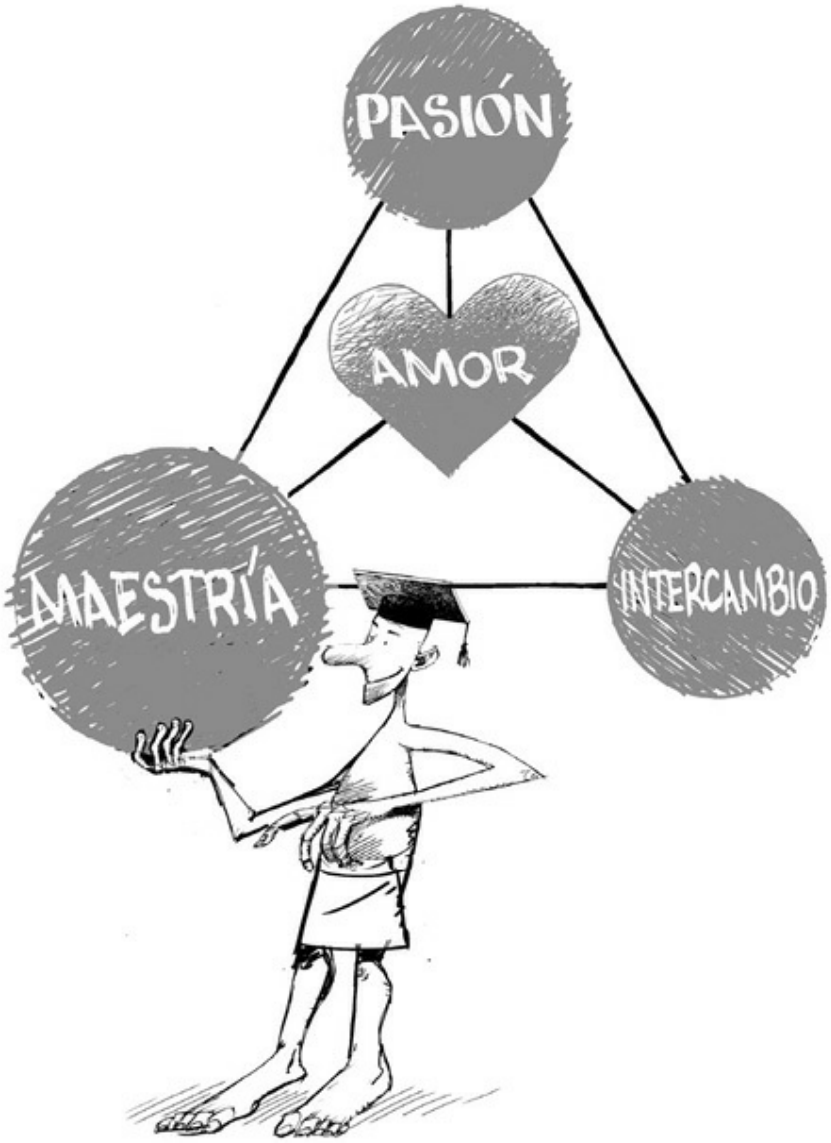
2. Ve al universo de la gente, entiende su mundo, entiende su ***Contexto***. Vuélvete interesado, ***versus*** interesante:

3. Acércate a las personas, llámales por teléfono para decirles lo que sientes por ellas. Sé generoso con tus palabras:

4. Escribe cómo te sientes después de haberlo hecho:

NOTAS:

19 Oriundo de Escocia y asentado desde niño en Estados Unidos, fue un importante empresario, creador de la Carnegie Steel Company, más tarde la U.S. Steel.



MAESTRÍA

Y la historia continúa…
Al salir de la discoteca, mi hermano, ya adiestrado en el arte del ***Intercambio***, consiguió taxi para regresar al hotel. Amanecía para ese entonces. Por mi parte, aunque estaba lejos de mi destino, quise irme corriendo. En el camino me emparejé con una atleta y le pedí ir a su paso, quería saber qué cruzaba por su mente cuando corría; me contestó: *En lo único que pienso es en el paso que tengo por delante. Me preocupa cada paso que voy dando*. Llegué hecho una sopa. En aquel entonces pesaba 103 kilos, mi hermano estaba muy preocupado por mí. Yo me sentía feliz, había recibido una nueva lección en la vida. A partir de ese día inicié un calendario de ejercicios, y ahora estoy en mi peso.

La lección de vida a la cual tuve acceso en ese momento es algo que se llama ***Maestría***, e implica tiempo y práctica. Cuando corría a la par de la atleta de esta historia, me di cuenta de que me estaba convirtiendo en maestro de lo que hacía. La ***Maestría*** es la habilidad de hacer las cosas de manera muy cercana a la perfección. El ingrediente de la ***Maestría*** es el tiempo.

Debía mantenerme en tiempo presente, tener confianza en mí mismo, ***Amor*** por los demás y luego modelar a otros seres humanos para que tuvieran éxito. Con calidad yo iba a producir mejores ***Resultados***. Estaba en una condición de poder, porque creaba abundancia a mi alrededor. Pero ahí no quedaba mi aprendizaje, el poder no era el punto final. Al seguir mi camino hacia arriba, me iba empoderando para después expandirme y llegar a la ***Maestría***, que es el más alto conocimiento y aplicación de cualquier cosa; cuando llegas a la ***Maestría*** empiezas a lograr metas que los demás creen imposibles.

Me había convertido en un maestro para producir ***Resultados***. La magia de la ***Repetición*** es lo que te brinda ***Maestría.*** Uno puede ser experto, puede conocer mucho, pero el maestro es maestro por la experiencia que te da el tiempo. *La práctica hace al maestro,* dice el refrán. La ***Repetición*** crea el hábito, el hábito crea la cultura, esta crea la religión (no hablo de un culto específico, sino de lo que tú debes hacer), y esto a su vez crea la ***Maestría.*** Ese es el camino.

Cuando me casé, recuerdo que me encontré con un grupo de matrimonios que apoyaban a otros matrimonios más jóvenes. De modo que al llevar 11 meses de casado, dije que estaba listo para ayudar a otros, porque mi esposa y yo éramos muy felices. Mentira (que éramos felices era una verdad absoluta, pero que yo era para entonces un maestro, no). Tal vez ahora, después de 10 años, puedo decir que tengo una pequeña ***Maestría***, pero jamás me compararía con la de mis abuelos que llevan 60 años de feliz vida conyugal. La ***Maestría*** es un proceso lento, disfrutable. No puedes llegar a la ***Maestría*** si quieres ir rápido, *fast track*.[20] La ***Maestría*** se logra tras la ***Repetición*** constante.

Cuando te ubicas en la ***Maestría*** tienes cuatro elementos fundamentales juntos. Es algo a lo que llamo CARV. Estos elementos están combinados, no es uno mayor que otro; son: Conocimiento, ***Amor,*** Relaciones y Verdad. Los que tienen conocimiento pleno de algo, ***Amor*** completo, relaciones abundantes, y se conducen con verdad, pueden considerarse maestros. Pero, ojo, si en algún punto estás desbalanceado, no has llegado a la ***Maestría***. Las interacciones deben ser plenas entre estos cuatro puntos. Este libro es un cúmulo de conocimientos, de mucho ***Amor***, de grandes relaciones y de una clara verdad; este libro está en el punto de ***Maestría***.

Paulo Coelho dice: *Si todos te aman, preocúpate; necesitas un enemigo para seguir creciendo*. Los enemigos son maravillosos para presionarte a crecer. No es que hagan mal, sino simplemente su verdad no es igual a la tuya, se contrapone. La verdad es lo que tú crees. Gandhi fue un gran maestro: gran conocimiento, mucho ***Amor*** por la humanidad, grandes relaciones y una gran verdad. Piensa en cualquier otro maestro de la humanidad, y verás que en él están perfectamente equilibrados los cuatro puntos.

Muchas personas no llegan a la ***Maestría*** porque no se han dado cuenta de que les

falta un elemento de los cuatro. Es como viajar en tu auto con el freno de mano puesto, te preguntas por qué no se mueve adecuadamente. Pues a lo mejor si lo quitas, el coche se va solito, sin mayor esfuerzo.

SUMARIO

La ***Maestría*** es la habilidad de poder hacer algo de manera muy cercana a la perfección. El ingrediente principal de la ***Maestría*** es el tiempo.

Cuando llegas a la ***Maestría*** empiezas a lograr cosas que los demás creen imposibles.

Para conseguir la ***Maestría*** debes estar en tiempo presente, tener confianza en ti mismo y ***Amor*** por los demás para llegar al poder, que no es el punto final. Después viene el empoderamiento, y al final del camino la ***Maestría***.

La ***Maestría*** es el más alto conocimiento y aplicación de cualquier cosa.

La ***Maestría*** es un proceso lento, disfrutable.

Conocimiento, ***Amor,*** Relaciones y Verdad son los elementos fundamentales para obtener ***Maestría***.

Ejercicios de cambio de vida

1. Escribe una cosa en la que crees tener ***Maestría*** o en lo que te gustaría lograrla:

2. ¿Qué porcentaje del 1 al 100 dominas de eso?

3. ¿Qué porcentaje de ***Amor*** tienes con eso?

4. ¿Qué interacción o relación tienes con eso?

5. ¿Qué porcentaje de eso es para ti la verdad?

6. ¿Qué estás dispuesto a comprometer en tiempo y recursos para transformarte en un maestro en esa área?

7. En este momento puedes saber si estás en ***Maestría***, o cuánto tienes que trabajar para llegar a ella. Recuerda que es un proceso, debes tener paciencia porque lleva tiempo.

NOTAS:

20 Traducción: vía rápida.

¡META REALIZADA!

Y la historia termina…
El viaje llegaba a feliz término; era momento de regresar. El reto tenía que ser mayor: debíamos volver en avión. En recepción nos abordaron para averiguar cuál era el grupo con el que veníamos, y les dijimos que en el del gobernador. Nos preguntaron nuestro destino y, sin más, teníamos dos boletos rumbo a casa. Supimos mi hermano y yo que cada día lo hacíamos mejor. Y hoy, que estoy terminando de escribir este libro, me doy cuenta de que debo buscar nuevos retos. Por la mañana, antes de que el *Miedo* nos alcanzara, ya estábamos volando. Al llegar a la Ciudad de México, mi familia se encontraba en la sala de espera. Mi padre me vio y dijo: *Sabía que podías hacerlo*. Había salido un Alfredo Culebro lleno de dudas, regresaba un Alfredo Culebro triunfador. ¡Meta realizada!

La diferencia entre Metas y Propósitos es que las primeras son medibles, específicas,

alcanzables, poseen un periodo de conclusión; mientras que los *propósitos* los haces con el corazón, no tienen lapso de tiempo ni dirección. La inteligencia es la habilidad de predecir las consecuencias; la estupidez es la falta de habilidad para prevenirlas. Cuando no cambias algo que te afecta, te sientes culpable.

Crecer es un proceso en el que, al observarte, no te das cuenta cómo cambias, pero cuando te pruebas tus viejas ropas, te quedan cortas.

La gran enseñanza de este capítulo es que la ***Meta Realizada*** nunca termina. A lo largo de nuestra historia hemos ido conquistando pequeñas *metas*, y teníamos una ***Misión***. Cuando la ***Misión*** concluyó, debíamos seguir buscando las siguientes *metas*. Ahora que estoy escribiendo este libro, no doy por terminada mi ***Misión*** porque tengo un nuevo libro por escribir. Cuando te propones alcanzar una ***Meta***, es un momento de placer fantástico donde tu ***Pasión***, tu ***Amor***, tu ***Maestría*** y tu ***Intercambio*** se conjugan, y la consigues. Te das cuenta de eso, y es muy halagador.

En la ***Meta Realizada*** el placer dura minutos, y luego te hundes. ¿Por qué? Si te das cuenta, a algunos deportistas les pasa esto cuando se fijan una ***Meta,*** y alcanzarla les produce un vacío, no les queda nada, y se deprimen. Es importante que antes de lograr una ***Meta***, tengas una nueva por iniciar, para que no caigas en ese proceso de depresión. En la ***Meta Realizada*** invertiste muchísima disciplina, tiempo, espacio, energía y materia.

Conozco a un gran futbolista profesional que logró ser primer extremo izquierdo, campeón del mundo, jugó contra Pelé; se sacó dos veces la lotería, y hoy le cuesta mucho trabajo salir adelante económicamente. Invirtió materia, energía, espacio y tiempo; el problema es que no creó una nueva meta cuando llegó a la suya. De ahí su depresión. Es una pena. Él siempre ha sido una inspiración para mí, porque me recuerda que debo buscar *metas* constantemente, y no caer en su condición.

Por ejemplo, una de mis *metas* es ayudar a los demás; es una ***Meta*** que me mantiene vivo porque nunca acaba, lo hago todos los días, y sé que lo seguiré haciendo por el resto de mi vida. Es algo que me llena mucho. ¡Y claro que me he deprimido! Cuando estaba haciendo este libro, prácticamente a la mitad, pasé por un momento muy difícil. Una de mis empresas quebró, tuve que liquidar a un socio, financieramente me generó un desequilibrio tremendo, y todo me abrumó porque no tenía planeada una ***Meta*** para más adelante. Una mañana mi mujer me despertó, me encaró y me dijo: *A ver, qué pasa, este no eres tú*; eso me sacudió, entonces comprendí que debía fijar nuevas *metas*. Al día siguiente me paré a las cinco de la mañana, fui a hacer ejercicio y empecé a aplicar todos los pasos que están expuestos aquí como capítulos. Todos. Volví a la batalla, y a la vida.

Este libro es una ***Meta Realizada***, pero mi intención es hacer muchos más, para lo cual necesito mucho espacio, mucha energía, mucho tiempo y mover grandes cantidades de materia. Esto lo entiendo así: cuando tengo una ***Meta,*** debo saber qué hay afuera de mí, qué adentro (qué es lo que me mueve a hacer las cosas); pero también debo entender qué hay en medio y a mi alrededor. La ***Meta Realizada*** tiene que ver con todos estos puntos. ¿Qué funcionó adentro, afuera, qué hubo en medio y qué alrededor, para volver a tener otra ***Meta,*** y que sea exitosa? Esta es una pregunta que debemos plantearnos constantemente.

La ***Meta Realizada*** es solamente un peldaño de la escalera. Si para ti es el final, ¡aguas!, puedes caer. Cuando estás en una escalera, debes considerar que cada peldaño es una ***Meta*** a lograr, de esa manera la escalera puedes crecerla más y más, y tener una escalera sin fin. ***¡Suerte en tus metas!***

SUMARIO

Las metas son medibles, específicas y alcanzables; tienen un periodo de tiempo.

Cuando llegas a una ***Meta*** es un momento de placer fantástico donde tu ***Pasión***, tu ***Amor***, tu ***Maestría*** y tu ***Intercambio*** se conjuntan, y la consigues.

Antes de lograr una ***Meta***, debes tener una nueva para comenzar, de modo que no caigas en un proceso de depresión.

Para realizar una ***Meta*** debes invertir tiempo, espacio, energía y materia.

Cuando tengas una ***Meta***, debes saber qué hay afuera de ti, qué adentro, pero también debes entender qué hay en medio y a tu alrededor.

Ejercicios de cambio de vida

Ejercicio A

1. Haz una lista de cinco retos que hayas superado en la vida:

2. ¿Cuál fue la nueva ***Meta*** que generaron en tu vida?

3. Si no hubo un nuevo reto, ¿cuál hubiese sido?

4. ¿Cuál es el reto que te vas a proponer al terminar de leer este libro?

5. ¿Qué hiciste cuando cumpliste tu ***Meta***?

6. ¿Cuál fue el resultado de esto?

7. ¿En qué estado de ánimo lo hiciste?

8. Mientras lo hacías, ¿dónde estabas?

9. Mientras lo hacías, ¿qué tan grande eras?

10. ¿Te recordó algo mientras lo hacías?

EPÍLOGO

No quiero terminar este libro sin contarte la siguiente historia que algún día me platicó mi padre:

> *A un pueblo muy pobre un día llegó un gurú.*[21] *En ese lugar existían dos muchachos a quienes les encantaba ir a verlo y preguntarle cosas, aunque con la intención de hacerlo desvariar y equivocarse en sus respuestas. Siempre lo trataban de trampear, pero jamás lo habían logrado. En una ocasión, uno de ellos le dijo a su amigo:* Ya encontré con qué le vamos a ganar, y no va a poder contestarnos correctamente. *La idea que tenían era comprar un pajarito que uno de ellos llevaría oculto en sus manos tras de sí. La pregunta sería:* Gurú, dinos si el pajarito que tenemos en nuestras manos está vivo o muerto. *Si les decía que estaba vivo, los muchachos le tronarían el cuello demostrando que se había equivocado; si decía que estaba muerto, simplemente el que lo traía abriría sus manos y el animalito echaría a volar poniendo en ridículo al gurú. Entusiasmados, los dos chicos corrieron para llevar a cabo su plan. Al llegar con él, le preguntaron:* ¡Gurú, gurú, el pajarito que tenemos atrás está vivo o muerto! *A lo que el maestro contestó:* La solución la tienen en sus manos.

Así que no me queda más que decirte: ¿qué vas hacer con este libro? ¿Tirarlo, usarlo, regalarlo, criticarlo, bendecirlo, culparlo? Lo que quieras, pero finalmente…

la solución la tienes en tus manos.

NOTAS:

21 Gurú es un maestro espiritual que enseña técnicas de meditación y una autori-dad para dar consejos de la vida y conocimientos en general a los demás.

LA HISTORIA COMPLETA

Estoy convencido de que la vida nos pone en situaciones límite para que tengamos la oportunidad de aprender, al igual que Abir. A mí me sucedió. Después de que murió mi hijo, mi vida quedó suspendida, no atinaba qué hacer con ella. Precisaba un cambio, sabía que yo era un emprendedor, pero estaba muy confundido. Necesitaba una transformación. Algo que aclarara mi horizonte; buscaba un nuevo reto para Ser realmente YO, y estar ***Aquí y Ahora***.

La idea era encontrar un nuevo desafío; sí, alejarme de mi vida normal (zona de confort) era necesario en ese momento. Antes que nada había que fijar una meta, entonces tracé un viaje muy singular: Puebla-Cancún (1 219 kilómetros), sin dinero, únicamente yo y mi ropa, nada más. Ahora que el objetivo estaba listo, debía decidir si irme solo o incluir a alguien en esta empresa. Siempre he creído en el trabajo en equipo, y me puse a pensar quién creería en mí y se aventuraría a acompañarme. No lo dudé mucho, mi hermano era el candidato perfecto. Tan fue así, que en el momento en que se lo planteé, sin dudarlo chocamos las manos, y me dijo: *¡Va, no tengo ni idea de porqué lo hago, pero debo hacerlo!* Así pues, me senté a definir bien nuestra ***Misión***. Al cabo de un tiempo pude ponerla por escrito: *Llegar a Cancún en cinco días, sin dinero ni recursos materiales, empezando el viaje con una mano adelante y otra atrás.*

Comenzaron entonces los preparativos del viaje. Ambos teníamos familia (mi hermano y yo), cada quien con un primer hijo, así que nos dimos a la tarea de comentarlo con nuestras parejas; y claro, iniciaron los cuestionamientos. De entrada, Liz, mi esposa, me dijo: *¿Para qué haces eso?, no entiendo cuál es tu idea,* pero confiaba en mí. También estaban nuestros padres. Mi papá, un hombre inteligente, comprensivo, el hombre que siempre he admirado y ha sido mi guía, abordó una serie de comentarios absolutamente "racionales": *Eres un imprudente. ¿Qué va a pasar con los niños? Para ti es muy fácil, si se van y algo pasa, yo perderé dos hijos...* En fin, mi padre no estaba de acuerdo. Mamá avalaba todo lo que él decía por fuera, pero por dentro siempre me apoyaba con esa mirada en la que sabes que todo saldrá perfecto.

La gente que más quieres es la que se vuelve más negativa en esos momentos; desde tu punto de vista. *El no, no, no* es la palabra más socorrida, cuando en tu cabeza traes el *sí, sí, sí.* Te empiezan a bombardear con sus propios ***Miedos*** y limitaciones, pero entonces yo —si quería seguir mi intuición—, debía ir a contracorriente. Al paso del tiempo todos ellos se darían cuenta de que mi decisión había sido lo único correcto en ese momento de mi vida. Sin embargo, para llegar a ello faltaba aún mucho tiempo. Lo importante ahora era identificar dos cosas fundamentales: el ***Contexto*** y el ***Contenido*** de mi ***Misión***.

¿Por qué mi padre, un hombre de empresa y con una sabiduría como pocos, no veía con buenos ojos mi decisión? Muchas veces, a lo largo de nuestras vidas, nos encontramos con caminos que se bifurcan. Es imprescindible inclinarnos por uno o por otro, no podemos tomar los dos. Y casi siempre alcanzamos a advertir el umbral de cada uno de ellos. La incertidumbre siempre inquieta, así que si vemos que uno de ellos está lleno de árboles, con senderos sinuosos, y el otro se vislumbra despejado y sin ***Obstáculos***, invariablemente tomaremos este último. ¿Qué nos impide escoger el otro? El ***Miedo***. Tiempo después de que emprendimos mi hermano y yo nuestro reto, papá me confesó que en el fondo, él también hubiera querido hacer lo mismo en un momento de su vida, pero el ***Miedo*** lo paralizó.

Cuando inicié el camino rumbo a mi meta, yo era abogado, un hombre de empresa; estaba en riesgo de perder a varios clientes por la decisión que había tomado. También oía un ***Susurro*** decirme que tal vez sería mejor no hacerlo. Sin embargo, algo adentro de mí me pedía a gritos un cambio, una transformación, y esa fue la voz que atendí. Cuando el viaje estaba listo, y todos mis parientes se encontraban a las puertas de la casa mirándome con cara de angustia, les dije algo que mi espíritu me dictó: *Familia, tengo una* ***Misión***. Y mi hermano y yo partimos.

¿Por qué decidí iniciar mi viaje en Puebla y no en la Ciudad de México, que era donde vivíamos? Salir de la capital del país hubiera sido muy fácil. Por mi profesión, yo contaba con muchas relaciones, y la tentación de buscar a alguien estaría presente; en cambio, en Puebla no conocíamos a nadie, y el reto en verdad tenía que incluir esfuerzo y creatividad. De modo que al saber que uno de mis conocidos viajaría en su auto a esa ciudad en tres días, mi hermano y yo alistamos el mínimo de equipaje, que consistió en la ropa que llevábamos puesta y un par de espíritus entusiastas.

Inicié el reto con todos los ***Miedos*** del mundo. Mi ***Susurro*** empezó a atacarme con frases como *no puedes, para qué, qué necesidad tengo de hacerlo…* Pero finalmente me confronté y encontré la verdad, puse las cosas claras y a pesar de todos mis ***Miedos*** me lancé. Por supuesto no había nada planeado, excepto el punto final. El "cómo" fue presentándose momento a momento. Cuando nos encontramos solos caí en la cuenta de que mi hermano era mi responsabilidad. ¡Qué ***Miedo***! Tenía una vida en mis manos, y si todo salía mal era *mi responsabilidad*. El mundo físico ahora tenía que trabajar para mí, no podía dejar que me aplastara.

Lo primero que debíamos hacer al llegar a Puebla era conseguir efectivo para poder desplazarnos y cubrir nuestras necesidades imperantes (comer, dormir). Ingenuamente, vi a un policía en una esquina y me acerqué a pedirle dinero. Como respuesta, el oficial me miró con el ceño fruncido y con ganas de agarrarme a macanazos por mi audacia. Por supuesto, ni caso me hizo. ¿Y ahora? ¿Y todos los libros que había leído para qué me habían servido? Pues nos fuimos a pedir dinero por las calles. Nada. Buenas intenciones, pero nada en concreto. Apenas unas cuantas monedas (30 o 35 pesos).

Recurrimos a la caridad. ¡La iglesia, claro! ¡Los dispensarios! Habían pasado algunas horas, y las necesidades de comer e ir al baño se volvían apremiantes. Las personas encargadas de esos espacios nos recibieron muy bien, pero nos dijeron que no tenían

lugar para nosotros. En la iglesia era imposible quedarnos a dormir, y en los dispensarios debíamos llegar con muchas horas de anticipación para conseguir un sitio y, para ese entonces, había una larga lista de personas que nos antecedían. Por otro lado, el ambiente era deprimente, y no hablo de discriminación, cualquier persona merece respeto. Pero sí hablo de estadios de vida. Para estar ahí se necesita hacer lo mismo siempre. Y para ser diferente, tienes que hacer cosas diferentes. Ese no era nuestro mundo.

Entonces debíamos trabajar, buscar una forma de ***Intercambio.*** Mi hermano y yo, llenos de habilidades, con talentos como seguramente todos ustedes, debíamos tomar la decisión de en qué los emplearíamos. Siempre hay una manera de hacerlo bien o mal. Podíamos decidir robar, pero no estaba en nuestro código de ética. El problema era que donde nos hallábamos, no existíamos; nadie nos conocía, no podíamos decirles lo aptos que éramos para cualquier trabajo, no había manera de demostrarlo. En ese momento, los ánimos entre mi hermano y yo estaban subiendo. Comenzamos a enojarnos uno con el otro. Yo estaba molesto, mi hermano empezó a agredirme. Pero en mi mente una voz seguía diciéndome: *Tengo que llegara Cancún, tengo que llegar a Cancún.* Decidimos relajarnos dando una vuelta por el centro de la ciudad.

Cuando estábamos más tranquilos, mi hermano dijo la clave necesaria para continuar: *Si queremos llegar, debemos ponernos en la circunstancia adecuada.* ¡Exacto, eso era lo que debíamos hacer! Colocar nuestro espíritu en el quién, en el dónde, en el cuándo. Y en el momento de hacerle caso a mi hermano, sucedió algo muy importante en mi persona: me quité el ego. Comencé a escuchar. Mi hermano dijo: *¡Debemos buscar el camión que nos lleve a nuestro destino!* ¡Claro, el camión! Yo había pensado la ruta más larga. En mi concepto debíamos irnos a la carretera, esperar a alguien que quisiera llevarnos a un punto, luego a otro. ¡No! La idea debe concretarse de manera directa, y la ruta más corta era la estación de autobuses.

Pero de nuevo entró la duda en mi mente. Sí, irnos a la estación de autobuses, ¿y con qué dinero compraríamos los boletos? ¿Estamos locos o qué? Una vez más el ***Susurro*** de la vocecita hizo su trabajo, sin considerar que cuando uno tiene definido su rumbo, no hay poder humano que te impida lograrlo; eso es lo que llamo en este libro ***Intención***. ¿Cuántas veces soñamos con llegar a cierta meta y enseguida nos enfrentamos con nosotros mismos diciendo que no vamos a llegar? Pero cuando uno cree en su meta, el ***Contexto*** crece y nada es imposible.

Rondaban las cinco de la tarde, empezaba a ponerse gris el cielo, las primeras gotas de un inminente aguacero comenzaron a caernos. La terminal de autobuses se hallaba lejos, caminando llegaríamos en mucho tiempo. De nuevo el espíritu de mi hermano habló directamente:

—Tomemos un autobús.

—¡Pero cómo vamos a pagarlo!

—¡No lo sé, subamos y ya! La gente te ayuda cuando eres sincero.

¡Sinceridad! Un elemento nuevo en nuestro reto. Autenticidad. Así fue como abordamos a la gente, y notaron nuestra congruencia. El primer chofer al que acudimos,

nos dijo que nos llevaba gratis y, para enmarcar la magia, justamente llegaba a la terminal. Mi hermano y yo nos vimos sin poder creer lo que estaba pasando. *¡Vamos a lograrlo, nada nos parará!* , nos dijimos sin palabras. La vida nos dio una hermosa lección. Nuestro ***Contexto*** se volvió a agrandar.

Llegamos a la estación. Nos enfrentaríamos ahora al problema de conseguir dinero para comprar los boletos. ¿Realmente el problema era el dinero? La respuesta a esta pregunta es NO. Una vez más aprenderíamos otra lección. En la actualidad, vivimos acostumbrados a pensar que el único valor para adquirir satisfactores es el dinero, pero existe otro con más valor aun; se llama ***Intercambio***, y casi nunca lo tomamos en cuenta; *yo te doy algo, tú me das algo*, eso quiere decir esta palabra. Tú das algo, el universo te lo compensa. Entonces debemos aprender a *pedir.* Y así fue como conseguimos los boletos. Por supuesto, empezamos dirigiéndonos a la taquilla para pedir que nos los regalaran. La señorita que atendía nos miró, y estalló en carcajadas. Sin embargo, a su lado estaba otra chica que lloraba profundamente; dirigí mi atención hacia ella olvidando mi meta principal. Gracias a que ya había leído varios libros, me apresté a ayudarla. Ella notó la *sinceridad* en mi ofrecimiento, y me confió su pena. Después de un buen rato de haberla escuchado, la asistí con algunas técnicas de mejoramiento que había aprendido, y cambió su estado de ánimo hasta sentirse confortada. En ese momento me dijo, casi me exigió, que le explicara cómo podía ella compensarnos. Al contarle de nuestra ***Misión***, y que no teníamos los 1 900 pesos que costaban los boletos para Cancún, ella nos dio la solución: *Hay una manera; siempre, en todas las corridas, hay dos boletos que se designan para una obra social. Tienes que pedírselos al gerente.* Teníamos un nuevo reto enfrente. Buscarlo, y brincar las trabas para llegar a él.

Ella nos alertó de varios inconvenientes: *Hay un policía muy gruñón en la entrada a las oficinas, si logras convencerlo, podrás pasar a la gerencia. Ahí encontrarás a una secretaria que difícilmente te dejará ver al gerente. Vas a requerir de toda tu astucia para persuadirla; luego, cuando logres librar esos* ***Obstáculos****, aún te faltará el principal: necesitarás muy buenos argumentos para conseguir que el gerente acepte entregarte esos boletos.*

La señorita había sido muy clara en el camino que debíamos seguir. Lograrlo dependía de nuestras habilidades. *Seguridad* y *Energía Alta* eran la clave. Me paré frente al poli, le llamé por su nombre de pila, y rápido respondió. Fue tanta mi energía, que de inmediato me abrió la primera puerta, me registré y caminamos a la oficina. Con el mismo tono alto abordé a la secretaria, quien me pidió santo y seña para entrar a hablar con el jefe. *Necesitamos dos boletos a Cancún para mañana a primera hora.* Inmediatamente, la secretaria se paró para anunciarnos. Pero no pasamos enseguida, nos dejaron ahí esperando mucho rato, al menos así lo sentí. Algo que aprendí en ese momento fue a *controlar el tiempo.* Los segundos se nos hicieron horas.

Era difícil ponernos de acuerdo sobre lo que íbamos a decirle al jefe cuando estuviéramos frente a él. Cada paso que daba en dirección a la oficina del gerente, representaba escuchar al ***Susurro*** de mi vocecita diciéndome: *No lo vas a lograr, no te van a dar nada, regrésate por donde viniste.* Pero entonces entendí una frase

maravillosa de Kelly Ritchie: *Tú no tienes lo que deseas, tú tienes lo que eres.* Recuerdo hasta cómo olía la silla donde me senté, estando en la oficina del jefe. No hay detalle que no hubiera yo percibido en ese lugar, mis sentidos se hallaban al máximo. Estaba en *Tiempo Presente*. El hombre, de espaldas, no nos miraba. De pronto volteó, nos observó, y dijo: *¿Qué quieren?* Hablé con el corazón, le expliqué la importancia de nuestra ***Misión***, y le ofrecí un ***Intercambio***, el que pidiera, para obtener los boletos. El hombre se reflejó en mis ojos, y reconociendo que él había tenido sueños similares, nos entregó los dos boletos. En menos de 10 minutos tuvimos las cortesías. El universo nos regresó el ***Intercambio*** adquirido con la señorita que sufría. Mi ***Contexto*** había sido ensanchado, aprendí el servicio a los demás.

Llegaríamos a Cancún en un día y medio, no en cinco, como estaba planeado; ¡tiempo récord! Íbamos a mitad de nuestra travesía. Aún faltaba mucho más qué hacer. Teníamos que vencer nuevos retos para lograr con éxito nuestra meta. Era muy tarde, y en ese momento nos dimos cuenta de que sentíamos hambre, además no teníamos dónde pasar la noche. Debíamos reinventarnos. ¿Cómo conseguiríamos comer? Bueno, podíamos comprar bolillos con el poco dinero que pedimos en las calles. Lo hicimos, pero no me parecía satisfactorio después de todo lo que habíamos logrado. No, yo quería algo más. Descubrí un restaurante cerca de ahí, y me aventuré a adquirir una buena cena. Con todo lo pasado había ganado mucha seguridad. Eso se llama obtener ***Resultados***. Mis ideas habían cambiado, me sentía invencible. A los cinco minutos traje una pizza que me regalaron. Mi hermano no podía creerlo. Esa es la ***Pasión*** por la vida. Fue la más deliciosa cena que había comido en toda mi vida.

¿Dónde dormir? Las bancas del parque eran una opción, pero era muy pobre pensar en eso. Entonces vino a mi mente una frase que siempre me acompaña: *La que me juegue la vida, voy a ganarla.* Ni la muerte de mi hijo fue suficiente para acabar conmigo. El éxito es un viaje (y en él, mi hijo camina a mi lado, pero eso lo platicaré en otro libro). Ahora debíamos dormir en un hotel, no aceptaría otra cosa. Frente a la estación estaba un motel de paso, hablé con el encargado y le pedí que me otorgara una habitación que los huéspedes desocuparan pronto. Me miró sin comprender, en su mundo eso era patético. ¿Cómo entrar en una habitación cuya ropa de cama estaba usada? Esa era su visión. La nuestra era diferente: se trataba de dormir bajo techo, en silencio, cobijados, y poder bañarnos antes de partir. *Estás loco, pero espérate, si alguien sale te metes, pero debes dejar la habitación antes de las cinco de la mañana.* ¡Lo había conseguido de nuevo! Al siguiente día, el reloj de mi hermano, que no tenía más valor que el de dar la hora, fue el ***Intercambio*** que recibió el encargado con una amplia sonrisa.

Ahora el viaje representaba un nuevo reto. Transcurrieron casi 24 horas, y había que tener reservas. Con nuestra autoestima arriba, antes de salir decidimos desayunar en un restaurante frente a la terminal. De modo que entramos, hablamos con el gerente, le ofrecimos nuestros servicios en ***Intercambio*** y le platicamos nuestro reto; al vernos tan entusiasmados, nos dijo: *Pasen, coman lo que quieran, están invitados*. Al salir, le agradecimos, y comentó: *Ustedes me han dado una lección, ¡siempre se puede!* De

nuevo estábamos en ***Intercambio***. Con los 30 pesos que teníamos, compramos un galón de agua y una caja de cereal. Eran nuestras provisiones para el trayecto. Además, teníamos los bolillos del día anterior.

A las ocho horas de viaje, en una parada que hizo el camión, la señora de adelante sacó unos emparedados que olían delicioso; afuera, un puesto de pollos rostizados, y nuestras tripas crujiendo. Hartos de comer cereal y con 10 pesos en las manos, caminamos por las calles. Un señor nos regaló jitomates, compramos mayonesa y con eso nos hicimos unas ricas tortas. Subimos al camión, platicamos con la señora de los emparedados, establecimos puntos de encuentro y me di a la tarea de ayudarle con ciertos conflictos personales.

Llegamos a Cancún, qué fácil había resultado todo. Debíamos reinventarnos, un nuevo reto no estaba de más. ¿Qué tal quedarnos cinco días en Cancún? Mi hermano me dijo: *¡Estás loco!* Por ahora había que ver cómo llegar a la zona hotelera. La señora de los ricos emparedados justo iba hacia allá; de nuevo recibimos la recompensa por nuestros servicios. Después de un rato, estábamos en la zona más exclusiva del lugar. ¿Cómo conseguir alojamiento? Entramos al hotel más nuevo y lujoso del momento, hablamos con el gerente, y casi nos sacan a patadas, como en las caricaturas. De pronto, descubrí una manta donde decía que iba a haber un acto de gobierno al que estaban invitados TODOS los mexicanos. Dije, *nosotros somos mexicanos, así que estamos invitados*. Volvimos a la recepción y le comenté al gerente que veníamos al evento del gobernador, y preguntó:

—¿Cuál es su nombre?

—¡Alfredo!

—Discúlpeme, no lo había reconocido.

Recibimos una suite por cuatro días. Fueron los más fantásticos días que habíamos experimentado en nuestras vidas; tuvimos hasta cortesías para ir a discotecas. Esa noche aprendería otra lección.

Al salir de la discoteca, mi hermano, ya adiestrado en el arte del ***Intercambio***, consiguió taxi para regresar al hotel. Amanecía para ese entonces. Por mi parte, aunque estaba lejos de mi destino, quise irme corriendo. En el camino me emparejé con una atleta y le pedí ir a su paso, quería saber qué cruzaba por su mente cuando corría; me contestó: *En lo único que pienso es en el paso que tengo por delante. Me preocupa cada paso que voy dando.* Llegué hecho una sopa. En aquel entonces pesaba 103 kilos, mi hermano estaba muy preocupado por mí. Yo me sentía feliz, había recibido una nueva lección en la vida. A partir de ese día inicié un calendario de ejercicios, y ahora estoy en mi peso.

El viaje llegaba a feliz término; era momento de regresar. El reto tenía que ser mayor: debíamos volver en avión. En recepción nos abordaron para averiguar cuál era el grupo con el que veníamos, y les dijimos que en el del gobernador. Nos preguntaron nuestro destino y, sin más, teníamos dos boletos rumbo a casa. Supimos mi hermano y yo que cada día lo hacíamos mejor. Y hoy, que estoy terminando de escribir este libro, me doy cuenta de que debo buscar nuevos retos. Por la mañana, antes de que el ***Miedo*** nos

alcanzara, ya estábamos volando. Al llegar a la Ciudad de México, mi familia se encontraba en la sala de espera. Mi padre me vio y dijo: *Sabía que podías hacerlo*. Había salido un Alfredo Culebro lleno de dudas, regresaba un Alfredo Culebro triunfador. ¡Meta realizada!

AGRADECIMIENTOS

A mi querida **LIZ**, por haberme dado cuatro fabulosos hijos que llenan mi existencia de alegría, además de que ha sabido estar a mi lado aun en los peores embates de la vida, como la muerte de nuestro hijo, que hoy día es una nueva oportunidad de amarnos; y por enseñarme, con su hermosa sonrisa, que nada es tan importante como seguir alegres y jugando, con su inolvidable *Ánimo, viejo*.

A mi primogénito **ALFREDO**, quien ha llenado de ilusiones mi existir al enseñarme y hacerme padre, y por su intelectualidad y responsabilidad de acero.

A mi CAMPEÓN JUAN PABLO, hijo que goza con Dios de su gloria, y que me ha dado hasta el día de hoy las lecciones más grandes de mi vida.

A mi **JOSÉ MARÍA**, que sin duda viene a darme y llenarme de ilusiones y nuevos retos para mí y para la familia, por su cariño y amor tan dulce de expresar, que causa la envidia de los demás; gracias por enseñarme a amar y mandarme esos besos tan hermosos.

A mi **DIEGO,** el pequeño *chino* de carácter independiente y alma emprendedora, con su tenacidad aguda y amor a su familia. Eres mágico, mi amor.

A mi **MAMÁ**, que ha sido un collar de perlas en mi vida, de esos collares en los que cada perla representa un acto de amor, y que si me pusiera a contarlas una por una, no acabaría nunca.

A mi **PAPÁ**, viejo sabio y gruñón, de quien he aprendido los secretos lógicos de la vida, y que con su sabiduría resplandecen mis ojos aun ahora que soy un hombre, porque él sigue siendo mi papi.

A mi hermana **ALMENDRA**, por su gran capacidad de ser neutral incluso en las circunstancias más adversas, y porque siempre está ahí para apoyarme, diciendo: *¡Ay, estás loco, pero te creo!*

A mi queridísimo **CAROLA**, mi más grande orgullo, mi hermano, socio y amigo, cabeza de genio y pelos de escoba, con temperamento de gladiador y mirada de triunfador, pero con corazón de niño, aunque con orgullo de león.

A mi primera dama, **MICH**, mujercita que me enseñó a darme cuenta de que la vida tenía otras facetas, y me hizo tío.

A mi sobrino y ahijado, **RATÓN**, tremendo remolino de energía que con sus males carbohidratados me sacó el corazón a la piel, y con sus brincos impetuosos me lo vuelve a meter.

A mi **SHARON**, mi primera paciente de menos de cuatro años, que confió en su tío y convirtió un problema a su temprana edad en una divertida aventura.

A mi **STEPHI**, pequeña traviesa que lloraba al verme, como diciendo *ahí vine el*

chiflado otra vez; te quiero pequeña.

A **MARISOL**, mi mejor amiga, y con la primera que hace más de quince años platicaba de hacer un libro, gracias por mantenerte siempre ahí.

A mis amigos **ALEJANDRO ESPINOSA, ANTONIO CARRILLO, LUIS URIEL PÉREZ DELGADO, RICARDO MONTOYA, EDUARDO MAYTORENA**, por ser hermanos que he decidido escoger y entrelazar con amistad; aunque no he sido el mejor de los amigos, he puesto en ustedes lo mejor de mi corazón.

A mi querido **ÁGUILA,** porque a pesar de todo siempre me dobla, buen amigo y cuñado, medio empalagoso, pero cariñoso, gracias.

Todos ellos son la razón por la cual decidí escribir y recopilar algo que les podrá servir en algún momento de su vida como referencia en este mundo de Dios, donde nos permite jugar su propio juego, haciéndonos sentir tan sensibles como una hormiga y tan grandes como una estrella; pero siempre en un equilibrio que espantaría a un grano de arena y movería a un volcán.

Gracias y espero que les haya encantado…

ACERCA DEL AUTOR

ALFREDO CULEBRO TRUJILLO es egresado de la Facultad de Derecho de la Universidad Panamericana, y tiene diplomados en Filosofía, Contaduría y Administración de la misma universidad. Cuenta con una especialidad en Derecho Fiscal en el ITAM, un Máster en PNL por NEUROING, y diferentes diplomados y certificaciones como: curso sobre *Sanación con Risa*, por el doctor Patch Adams, *Terapia de contención y Constelaciones* con Jerina Prekop, taller de *Los cuatro Acuerdos* con Miguel Ruiz y Gabi Caccia, *Hipnosis Eriksoniana*, *Motivación* con Jim Ron, *Maketing y ventas* con Dan Kennedy, *Sales & Leadership* con Blair Singer, varios cursos con Robert Kiyosaki y Kim Kiyosaki; certificación Grado 8 en *Vital Fundamental of Life*, por parte de Alan C. Walter y un curso con T Harv Ecker. Certificaciones en *The Diamond Cutter Institute* con Geshe Michael Roach.

Reconocido empresario, tanto nacional como internacionalmente, fundador de *Sales Partners Hispanoanoamérica,* socio de Blair Singer, asesor de Rich Dad en el área de Ventas, Equipos de Negocios, Comunicación y Liderazgo, así como socio de Kelly Ritchie para varios negocios a nivel mundial como *SalesPartners, Global Control System y House Masters*.

Es un hombre que ha trabajado para ayudar a muchas personas y empresas a incrementar los ingresos y cambiar la mentalidad para mejorar su calidad de vida.

Feliz esposo y afortunado padre.